

# **INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE**

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018,  
publicado en el Diario Oficial de la Federación el 29 de noviembre de 1976.

---

Departamento de Psicología, Educación y Salud  
MAESTRÍA EN DESARROLLO HUMANO



## **CONTACTO CON EMOCIONES Y SENSACIONES: UN CAMINO PARA DOTAR DE SENTIDO A LA EXPRESIÓN CREATIVA**

Trabajo recepcional que para obtener el grado de  
MAESTRA EN DESARROLLO HUMANO

Presenta: Lic. Cindy Isabel Contreras Rodríguez

Asesora: Dra. Sofía Cervantes Rodríguez

San Pedro Tlaquepaque, Jalisco. 15 de enero de 2017.

## **CARTA DE AUTORIZACIÓN DE PRESENTACIÓN DEL EXAMEN DE GRADO**

Carta que comunica los nombres de los miembros del jurado, lugar y fecha del examen  
(Ver anexo).

***“El verdadero viaje de descubrimiento  
no consiste en buscar nuevos paisajes  
sino en tener nuevos ojos”***

**Marcel Pronst**

## DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

*A Dios por guiarme en este sendero lleno de experiencias, de personas y de grandes oportunidades para aprender.*

*A todas las personas que me han acompañado en este proceso tan importante de crecimiento y aprendizaje que es la vida.*

*A mi madre Isabel, por sus amorosas enseñanzas desde el inicio de mi vida, por su constancia, fe, fortaleza y confianza, eres mi luz y mi esperanza.*

*A mi padre Jesús Contreras, quien ha creído en mí y día con día me ha apoyado con su ejemplo, con su consejo, con su inagotable dedicación y amor. A mis hermanos Luis Jesús y Pablo que me acompañan con su espíritu.*

*A José Antonio, mi marido, por su fe en mí, por su constancia, amor, paciencia, esfuerzo y lealtad... por estar al pendiente en todo momento.*

*A Isabela y Marianne, mis hijas, quienes son mi fuente de inspiración, una bendición en mi vida, gracias por su amor y comprensión. A mis suegros, cuñados y familia por su alegría y solidaridad.*

*A mis compañeros de vida, de maestría y de trabajo que a lo largo del camino me han ido enseñando con sus encuentros y desencuentros nuevas alternativas para crear, creer y crecer.*



*A mis grandes maestros por facilitar mi proceso para continuar haciendo “click” con mis pensamientos, mis emociones y mis acciones.*

*A mis queridos alumnos que son y serán el motor de este continuo crecimiento cercano, por su disposición, apertura y entusiasmo por aprender, y creer que al “escuchar a sus pupilas” pueden encontrarse con ellos y con su potencial creativo.*



## **RESUMEN**

El proyecto nace a partir de una serie de necesidades detectadas en el aula de estudiantes universitarios que cursan una asignatura optativa de “Fotografía Digital” que imparto desde hace más de 18 años. El propósito de la asignatura es que los alumnos manifiesten su creatividad mediante fotografías y narrativas y puedan visualizar, simbolizar y expresar desde sus propios marcos de referencia, sus proyectos, particularmente, los fotográficos. La vinculación de este trabajo con el Desarrollo Humano, favorece que los estudiantes desarrollen su creatividad mediante el contacto con sus sensaciones y sentimientos, para que, desde su experiencia personal, doten de sentido sus imágenes y fotografías. El trabajo se llevó a cabo mediante una intervención en la modalidad de taller, que se incorporó como un módulo en la asignatura de “Fotografía digital” y que se intituló “Dimensión expresiva”. Este constó de ocho sesiones, a partir del 22 de agosto del 2014, con una duración de entre dos y tres horas. El marco del trabajo es la metodología cualitativa y la utilización de algunos recursos del método fenomenológico, particularmente, la relevancia otorgada a la experiencia de las personas, la recuperación de su voz para dar cuenta de lo acontecido y el reconocimiento de la participación del sujeto investigador, aunque con el requerimiento de no anteponer las teorías y los juicios del mismo. Se utilizó el método del estudio de caso, debido a que se dio seguimiento a tres de los quince participantes, tanto a su proceso creativo como emocional. La lectura de las narrativas se sustentó según lo señalado en el método hermenéutico, por lo que se obtuvo una construcción donde participaron los tres actores sociales y el interventor/investigador. Los resultados señalan que los tres estudiantes, con gradientes diferentes, lograron avances en su manera de expresarse de manera creativa mediante sus propias narrativas, la creación de sus imágenes y la producción de fotografías.

Palabras clave: expresión creativa, emociones, fotografía y narrativa de la imagen.

# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
<b>CAPÍTULO I. TALLER DE EXPRESIÓN CREATIVA. HACER “CLICK” CON LAS EMOCIONES.....</b>	<b>3</b>
1.1 Planteamiento y justificación de la intervención.....	3
1.1.1 Implicación personal con la intervención.....	3
1.1.2 Contexto de la situación.....	5
1.1.3 Características de la población.....	6
1.1.4 Detección de necesidades de desarrollo.....	8
1.2 Propósitos de la intervención.....	12
1.2.1 Propósito general .....	12
1.2.2 Propósitos específicos .....	12
1.2.3 Preguntas de análisis .....	13
1.3 Plan de acción .....	13
1.3.1 Lugar y condiciones .....	14
1.3.2 Recursos humanos, materiales y financieros.....	15
1.3.3 Programa de la intervención.....	17
1.3.4 Recolección de información.....	22
<b>CAPÍTULO II. MARCO REFERENCIAL.....</b>	<b>23</b>
2.1 Estado actual de la cuestión .....	23
2.2 La experiencia emocional y significado en el Enfoque Centrado en la Persona .....	27
2.2.1 Una relación constructiva y creativa: hacer “click” .....	31
2.2.2 La aceptación incondicional: favorecer la apertura y la creatividad .....	33

2.2.3 El sentir propio y el aprecio del mundo del otro para crear .....	35
2.2.4 Percepción y conciencia en la significatividad de la experiencia .....	36
2.3 La experiencia significativa en las artes expresivas .....	40
2.3.1. La fotografía como expresión de sentido .....	42
2.3.2 La captura de una imagen en la actualidad.....	42
2.3.3 Darse cuenta: proceso revelador del click.....	46
2.3.4 El relato de la imagen: una narrativa visual.....	47

### **CAPITULO III. NARRACIÓN DE LA INTERVENCION.....51**

3.1 Primera sesión. La importancia de la percepción .....	51
3.2 Segunda sesión. Exploración y explosión de sensaciones y sentimientos .....	53
3.3 Tercera sesión. ¿Qué veo y qué me significa? .....	55
3.4 Cuarta sesión. Autorretrato.....	57
3.5 Quinta sesión. Vida y muerte. Una cuestión de percepción.....	59
3.6 Sexta sesión. ¿Qué tan cerca estoy de mí cuando estoy junto al otro? .....	61
3.7 Séptima sesión. ¿Cómo visualizo lo que veo? .....	64
3.8 Octava sesión. Dale “Click” a una emoción.....	64

### **CAPÍTULO IV. ESTRUCTURA METODOLÓGICA.....66**

4.1 Proceso de estructuración de datos .....	66
4.2 Organización de la información y sus indicadores.....	67
4.3 Establecimiento de preguntas de análisis.....	69
4.4 Análisis y estructuración de los datos.....	70
4.5 Ruta Metodológica.....	71

### **CAPÍTULO V. ALCANCES DE LA INTERVENCIÓN .....73**

5.1 Proceso de “Allison” .....	74
5.2 Proceso de “Mar” .....	84
5.3 Proceso de “Rulo” .....	90
 CAPÍTULO VI. DIALOGO CON AUTORES .....	 98
6.1 La expresión creativa. Fruto de las emociones y sensaciones .....	101
6.2 El contacto con las emociones y la simbolización en el proceso creativo .....	102
6.3 Marco de referencia interno: comprensión o rechazo de la expresión.....	104
6.4 Constitutivos de la expresión artística en imágenes .....	108
 CONCLUSIONES Y PROPUESTAS.....	 112
 REFERENCIAS .....	 121
 APÉNDICES.....	 124

## INTRODUCCIÓN

De manera natural conservamos reflejos y reflexiones de nuestro mundo, de los seres humanos, de la naturaleza, de lo que pasa en nuestro entorno y de la alteridad, es decir, del encuentro con los demás. Un interesante ejercicio es espejear al otro desde la realidad percibida por uno mismo, ser espectador y disfrutar del otro, tomar lo mejor de quien tenemos cerca. Podemos hacer retratos hablados, no de su reflejo físico sino de su reflejo interior, de aquello que el otro vive, vislumbra, sueña, pretende ser y lo que finalmente es; esto para mí es fascinante. Podemos observar la realidad del otro y reflejársela para que ese otro se dé cuenta y confirme si lo que refleja corresponde con lo que es o pretende ser; esto es hacer “percepciongrafía”. Por eso la fotografía es una pasión para mí, ya que si dos o más coincidimos con lo que el autor proyecta en su foto, con aquello que quiso decir o se dijo a sí mismo al tomar su foto, al tomar el fragmento de una realidad que seleccionó para hacerla propia. Seleccionó un pedacito y visualmente lo hizo permanente, más eterno que lo efímero de la existencia misma de lo que percibimos por instantes, para inmortalizarlo en un espacio permanente que puede ser una fotografía, un escrito o un dibujo.

Sentirme asombrada por lo que otro ser humano es capaz de vivir y percibir, y a la hora de ponerlo en común, atestiguar que cobra un sentido único, que es un viaje a su mundo interior para compartirlo con el mundo exterior. Bucear, trabajar en un cuarto oscuro, meditar y contemplar, son ejercicios que se vuelven sublimes y que nos contactan con nuestro ser íntimo. Qué te provoca, qué te motiva, qué vives, qué amas, qué disfrutas, qué te asombra, qué te duele, qué te molesta, qué te parece inaceptable y qué puede hacer sentirnos mejor, son componentes importantes y propios de aquello que nos permite vislumbrar a futuro y hacer permanentes los instantes más maravillosos de nuestra existencia. Eso podemos expresarlo al conocernos más cada día. Por eso, para mí, la imagen es mi motor, porque me provoca y evoca sensaciones, sentimientos, recuerdos e ilusiones.

El proyecto que ahora presento, tiene la finalidad de promover experiencias en los alumnos que cursaron una asignatura que incluyó un taller vivencial, para desarrollar habilidades de escucha, de contacto consigo mismos y con el otro a partir de su propio mundo. Y que al coincidir ambos, tengan la experiencia de un momento, que podemos decir que es *mágico*, que genera un vínculo, y la experiencia de que, al hacer “click”, hay una conexión con lo que es emocionante, significativo y que motiva a expresar con la imagen aquello que mueve y significa. Por ello, el propósito de este trabajo es dar cuenta de esta intervención y/o sensibilización, llevada a cabo con un grupo de estudiantes de diferentes licenciaturas que cursaron la asignatura optativa de “Fotografía digital” en una universidad privada de la ciudad de Guadalajara.

El trabajo se estructura de la siguiente manera; en el primer Capítulo se presenta el encuadre del trabajo, el planteamiento de la intervención, su justificación, el contexto en el que esta se dio, los propósitos que se buscaron atendiendo las necesidades que refirieron los participantes y el plan de acción que se siguió para ello. En el siguiente Capítulo se realiza una indagación para dar cuenta del estado de la cuestión respecto a otros Trabajos de Grado de la Maestría en Desarrollo Humano y se sigue con un marco teórico del trabajo donde se resaltan los conceptos centrales que dieron marco a la intervención. El Capítulo III incluye las voces de los participantes y de la facilitadora, mismas que se encuentran contenidas en la narración de la intervención. El marco metodológico se desarrolla en el Capítulo IV que señala la metodología, los métodos y los procedimientos de análisis que se siguieron, así como las preguntas de análisis que orientaron el trabajo y a las que se buscó dar respuesta. El siguiente Capítulo presenta los datos que dan cuenta de los alcances que tuvo la intervención en “Allison”, “Mar” y “Rulo”, quienes fueron los participantes a los que se dio seguimiento. El desarrollo se llevo a cabo siguiendo las categorías de análisis identificadas; a) el contacto con las emociones y sensaciones, b) dotar de sentido a la experiencia vivida, y c) la expresión creativa por medio de la creación de imágenes y fotografías. En el Capítulo VI se establece una relación entre lo referido por los participantes y las aportaciones teórico-conceptuales, por lo que se intitula “Diálogo con los autores”. El trabajo finaliza con las Conclusiones y Propuestas.



# **CAPÍTULO I. TALLER DE EXPRESIÓN CREATIVA, HACER *CLICK* CON LAS EMOCIONES**

## **1.1 Planteamiento y justificación de la intervención**

### **1.1.1 Implicación personal con la intervención**

Mi ingreso a la licenciatura en Ciencias de la Comunicación fue un camino que tenía un objetivo muy claro desde el inicio; estudiar y practicar con la imagen. Soy una persona sumamente visual desde pequeña. En la preparatoria encaucé mis estudios con aquello que tuviera que ver con el diseño gráfico, desde el diseño de portadas e interiores de los anuarios de la escuela, hasta trabajos paralelos que realizaba para algunas empresas. Ya, durante la carrera, sabía que quería trabajar con aquello que me permitiera expresarme a través de la imagen. La fotografía fue una de mis herramientas de comunicación, así como el diseño de identidades corporativas, escenografías para programas de televisión y cuestiones que tuvieran qué ver precisamente con la creatividad y con la imagen. Por ello, encaminé mis proyectos de la universidad con proyectos, que tanto empresas, como asociaciones civiles estuvieran requiriendo, como, por ejemplo: el fortalecimiento de su imagen o de una campaña de sensibilización para sus clientes potenciales. Realicé productos audiovisuales para instituciones de beneficencia, proyectos de imagen y audiovisuales para algunos psicólogos, diseño y producción de escenografías donde se grabaron una serie de videos.

A lo largo de los años, lo que he realizado es proyectar la imagen institucional de empresas, instituciones de beneficencia y otras organizaciones que requieren de una visión global aplicada y difundida desde la comunicación visual. Ya como egresada, continué trabajando como asesora de imagen para empresas, escuelas, diversas

instituciones, y también trabajando como fotógrafa independiente y profesora en diferentes escuelas, sin dejar, desde 1998, hasta la fecha, de impartir diferentes clases que tienen qué ver con la comunicación visual. Una de las experiencias más gratas que he tenido, es trabajar el arte y la imagen con alumnos que van desde kínder hasta con alumnos que ya son profesionistas. Esto me ha permitido estar cercana a las etapas del ser humano en su crecimiento y en su proceso de maduración. Eso me ha motivado a preguntarme, qué es lo que pasa cuando sufrimos una crisis de creatividad, de visualización, de expresar aquello que imaginamos, aquello que nos parece tan íntimo, original y tan universal a la vez. Esto, es lo que me mueve, ahora con los cambios que vivimos, con el ritmo de la inmediatez en la comunicación, con la lejanía o rapidez con la que hacemos contacto con otros y con nosotros mismos. A lo largo de estos años he tenido la pregunta acerca de ¿quién nos siembra la inseguridad de creer que no somos capaces de dibujar, visualizar y crear? ¿En qué etapa se fortalece o se debilita y por qué? ¿Cómo fortalecer esto en etapas tan importantes de nuestro desarrollo? ¿Cómo motivar al alumno a que crea en lo que hace, imagina y plasma?

Para mí ha sido muy gratificante trabajar con el potencial de mis alumnos, éstos me han enseñado mucho, y a lo largo de tantas generaciones y estilos de enseñanza, veo la importancia de ser alguien cercano a quienes están en continuo aprendizaje. Cuando el alumno reconoce que algo le genera sentido desde lo que va haciendo, entonces se da cuenta que puede, que es capaz, y finalmente, va motivándose a aprender más, a conocerse más y a sorprenderse de sí mismo. Para mí, la magia de sorprenderse uno y seguir aprendiendo; es lo que me motiva a dar clases y a seguir creciendo junto con mis alumnos. La fuente de la creatividad ahí está, sólo hay que acompañarlos en este proceso para que lo disfruten y crezcan con ello, que vivan la experiencia de transmitir sus emociones, sus miedos, sus ganas de decir a través de la imagen. Una de las razones por las que quise desarrollar mi intervención en una de las clases que impartí, es precisamente, para que el alumno se sienta seguro de lo que hace, se empodere desde un proceso de crecimiento gestionado en una serie de sesiones y finalmente valore su trabajo desde la retroalimentación de sus compañeros y en el logro de sus proyectos fotográficos; todo ello durante su estancia en la asignatura

de “Fotografía Digital”, para que luego trasladen lo aprendido, tanto en su ámbito profesional, como en su propia vida personal.

### **1.1.2 Contexto de la situación**

La fotografía digital en México, y específicamente en Guadalajara, comienza a tener más fuerza a partir del 2004. La fotografía analógica es poco a poco desplazada debido a la inmediatez, con la que las imágenes digitales son obtenidas en el medio comercial, tanto de manera impresa, como en el proceso de revelar un rollo, digitalizarlo y luego enviarlo a través de los medios electrónicos. Por ello, en el mercado resultaba más económico el proceso impreso por medio de una cámara digital que con el proceso de revelado de rollos e impresión de cada imagen. Debido a estos cambios, es importante que los alumnos sigan esforzando su imaginación y su manera de planear la imagen sin verla de manera inmediata, lo que les obliga a disciplinar su manera de “pensar la imagen” y de “visualizarla”. Obtener las imágenes en una cámara tenía otra lógica, eran procesadas de manera más lenta y con el factor sorpresa de esperar a que todo saliera bien revelado e impreso.

Generaciones han pasado, y a raíz de que la película diapositiva (y otras muy útiles para la docencia), han salido del mercado y la lógica digital la ha suplido, esto también ha repercutido en medios de comunicación, en la lógica de la enseñanza y en el aprendizaje de la creación y selección de imágenes. Los estudiantes universitarios de las generaciones actuales han nacido ya, con la tecnología de tener todo rápido y eso les dificulta detenerse a contemplar, a observar, a imaginar y a anticiparse a la acción. Ahora los estudiantes obtienen las imágenes que ellos mismos reconocen que no siempre resultan ser tan expresivas o significativas para un receptor preciso.

Esto, probablemente se debe a diversas situaciones, entre las que se pueden identificar dos:

1) La manera con la que los alumnos asumen y suponen que hacer “click” es fácil, rápido, y por ende, es similar a las fotos para el Facebook y para Instagram. Estos

espacios se han convertido en escenarios de interacción y de recepción de imágenes, donde es posible hacer público aquello que vemos, pensamos y sentimos en relación a un hecho u objeto. Pintar con luz, es lo que significa la palabra fotografía, y en estos casos, se pinta como si lo hiciéramos con una brocha gorda, sin detalles y sin profundidad en los mensajes, lo que se asemeja a la comida rápida que no tiene propiedades nutritivas: lo mismo puede suceder con la fotografía.

2) La poca disposición para escuchar, observar y detenerse a percibir con todos los sentidos el entorno y el prójimo. Por lo general, en la actualidad los jóvenes suelen vivir rápido y sin tomarse el tiempo de asombrarse con lo que existe alrededor y dentro de ellos mismos. Muchas de las imágenes que consumimos ahora están siendo utilizadas con letreros para contextualizarlas, cuando la imagen, si es buena, precisamente habla por sí sola y no requiere de muletillas. Por ello, surgen interrogantes respecto a lo que es realmente significativo para los alumnos, qué de lo que viven en el aula y lo que practican les genera sentido para usar la cámara como medio de expresión y de crecimiento personal? Y a partir de estos resultados puedan compartir imágenes más significativas o dotadas de mayor sentido para un receptor.

### **1.1.3 Características de la población**

La asignatura de “Fotografía Digital” nace en el 2010 desde el departamento de estudios socioculturales, materia dirigida a todas las licenciaturas existentes en la universidad. Es una asignatura que se diseñó con la finalidad de complementar el conjunto estructurado de la fotografía como optativa para todas las licenciaturas, y, por lo tanto, para todos los estudiantes universitarios interesados en aplicar la fotografía en su campo profesional. El perfil de los alumnos que ingresan a esta asignatura optativa cursan entre el quinto y el noveno semestre de su carrera. Los estudiantes escogen la materia de “Fotografía digital” por iniciativa propia, ya que no la tienen que cursar de manera obligatoria, por lo que tienen un auténtico interés por cursarla, y por lo tanto, son más comprometidos con lo que deciden estudiar durante un semestre.

Los alumnos con los que trabajé fueron estudiantes universitarios de diferentes licenciaturas como diseño integral, mercadotecnia, psicología, ingeniería ambiental, ingeniería civil, arquitectura entre otras más, cuyas edades fluctuaban entre los 20 y 27 años y se encontraban cursando entre el quinto y último semestre de su carrera. Además, por ser una asignatura optativa que tiene mucha demanda, se propicia que los estudiantes que ingresan realmente quieren cursarla. Esto facilitó un trabajo con un mayor compromiso y exigencia, a diferencia de los alumnos que ingresan recientemente a su carrera. La intervención contó con 15 estudiantes, 6 mujeres y 9 hombres, 2 de los varones son padres primerizos y otro de ellos ya está comprometido, 4 de los participantes vienen de otros estados y 6 trabajan para algunas empresas.

Algo que, a lo largo de los años he observado, es que los estudiantes tienden a generar réplicas de tomas ya existentes e imágenes que resultan poco originales, por lo que este es un momento muy importante para motivarlos a observar y contemplar con mayor detenimiento aquello que sueñan, viven y experimentan y lo apliquen en su proceso de aprendizaje. Que tengan la inquietud de que pueden hacer más y expresarse más desde su proceso creativo y de búsqueda para la producción de su trabajo. Si el alumno tiene un acompañamiento más cercano, puede ser más sensible ante su entorno y de sus emociones, para que se conozca más y tenga mayor claridad en aquello que busca y quiere lograr. Esto no es un trayecto sencillo, pero al estar con ellos de manera cercana, se pueden lograr mayores avances y en corto tiempo. Es una etapa donde necesitan significar y expresar desde sí mismos y desde sus propios ojos, experiencia y sentido. En esta etapa es, donde a muchos, les cuesta trabajo visualizar una imagen clara que exprese, para todos, un mensaje más directo. Esto es aprender a usar la imagen como una herramienta más significativa para ellos y para los demás. El alumno, por lo tanto, necesita de inspiración, de una conexión clara con lo que quiere, diga lo que quiera expresar, y no sólo hacer la réplica, de una imagen real o ficticia de lo que ya existe en el mundo. Esto significó un reto, lleno de vivencias muy significativas y ricas en contenidos.

### **1.1.4 Detección de necesidades de desarrollo**

Los alumnos, en términos generales, durante el curso aprenden la parte técnica para usar una cámara fotográfica, pero también es preciso hacerles ver que se requiere de otros niveles para hacer uso de su potencial creativo y canalizarlo de manera clara y precisa, para entonces generar imágenes más significativas para ellos, pero además, porque en el campo profesional se requieren profesionistas preparados en otros ámbitos, más allá de lo meramente técnico. Los estudiantes requieren la conexión con sus emociones y sus sensaciones para acercarse más a un tema que puedan explorar, y luego expresar, de manera más significativa, tanto para ellos, como para su mercado meta o sus receptores. Algunos no han tenido la oportunidad de contactar consigo mismos y con su potencial creativo, no conocen sus alcances, y muchas veces no se sienten seguros de lo que quieren, para poder visualizar una imagen y que luego la puedan plasmar en un proyecto expresivo y significativo para ellos y para todo tipo de receptores. La mayoría de los estudiantes de fotografía no tienen antecedentes en relación al manejo de la imagen y al manejo conceptual de la estética, por consiguiente, su área expresiva se ve limitada en términos de visualización de una imagen generada por sí mismos.

Actualmente, los jóvenes se enfrentan a un bombardeo y a un mercado de manejo de imágenes fijas y en movimiento muy intenso, ya que la apertura de este medio audiovisual, ahora es más inmediato y globalizado. Por ello, es importante que desarrollen habilidades estéticas, técnicas y expresivas mucho más impactantes, de tal manera que puedan competir en el campo profesional y puedan ser significativas y útiles en y para su desempeño laboral. La mayoría de las imágenes que se generan en la actualidad requieren ser contextualizadas y por ello se les añade cierta tipografía, de tal modo, que puedan ser entendidas por todos, lo que le resta poder a la imagen por sí sola. De aquí la relevancia de que el alumno reconozca los elementos simbólicos y significativos de una imagen para dotarla de sentido, y por consiguiente, hacerla más útil y extender esta utilidad a un mercado más amplio de espectadores. Las imágenes que los alumnos generen, pueden ser más útiles y significativas si tienen un tema claro para explorar y conocerse a sí mismos más a profundidad, para que desde sus propios

ojos, corazón y mente, puedan expresarse de manera más sencilla y directa, y como consecuencia, las imágenes puedan ser más funcionales para grupos e instituciones de cualquier índole.

La viabilidad de este proyecto fue posible, debido a que el espacio donde fue aplicado, ya existían estas necesidades, ya que las he venido constatando desde hace tiempo. A lo largo de estos cuatro últimos semestres, en los que he estado impartiendo la asignatura de “Fotografía digital”, he ido identificando diferentes elementos que me han permitido enriquecer las clases desde el Enfoque Centrado en la Persona. Sin embargo, más allá de la observación, también fue aplicado un “Cuestionario de detección de necesidades”, previa advertencia a los estudiantes del curso, que este no tendría ningún tipo de evaluación ni afectación al curso, sino que los propósitos iban encaminados a la construcción de un proyecto de intervención.

El “Cuestionario de detección de necesidades” lo apliqué a dos grupos de la asignatura de “Fotografía digital” del curso enero a mayo del 2014. En total fueron 30 alumnos y 24 los que lo respondieron, mismos que ya habían trabajado y explorado la parte técnica del uso de una cámara fotográfica digital durante ocho sesiones grupales de cuatro horas semanales, además de haber realizado prácticas individuales en espacios de trabajo independiente para la entrega concreta de un álbum que reflejaba el resultado del proceso de aprendizaje de dos meses de trabajo. Este cuestionario lo apliqué justo después de estas semanas para tener mayor claridad y constancia de aquello que desde hacía varios años venía observando en mis alumnos, ya que es una etapa en la que estaban a punto vivir con mayor intensidad el proceso, además de técnico y estético, de saber comunicar con mayor sentido a través de las imágenes que recrearan o seleccionaran de contextos y situaciones donde pudieran hacer un relato visual más claro y creativo para sus espectadores.

De acuerdo con las respuestas que obtuve, puedo enlistar con mayor precisión lo que los alumnos viven y requieren para su desarrollo personal y profesional durante este taller. A continuación, presento las necesidades que ellos registraron:

- 1) Sentirse seguros durante su proceso creativo.
- 2) Tener certeza de que lo que crean pueda transmitir aquello que necesitan.
- 3) Expresarse con claridad /expresión clara y significativa
- 4) Motivación para crear
- 5) Creatividad
- 6) Inspiración
- 7) No frustrarse ni desesperarse durante el proceso creativo o a la hora de mostrar su foto y no causar el impacto pretendido. Tolerancia a la frustración y apertura a la retroalimentación, no pasa nada si me equivoco.
- 8) Experimentar cómo expresarse más significativamente en una imagen
- 9) Trabajar más las expresiones corporales para transmitir emociones en una imagen (resultado congruencia y conciencia corporal y luego conciencia emocional y contacto con ellos mismos y luego con el otro)
- 10) Sentirse orgullosos de lo que producen, tanto en la fotografía, como en la reacción que genera en quien la percibe (que sepan valorarse y apreciar sus trabajos y recibir reconocimiento).
- 11) Ser auténticos y originales (congruencia-conciencia corporal emocional)
- 12) Ser capaces de visualizar (saber imaginar) para ver qué pasa.
- 13) Saber plasmar un sentimiento o un pensamiento en una sola foto.
- 14) Trabajar muy bien en equipo (escuchar al otro, comunicación interpersonal)
- 15) Ser más sensibles para sentir lo que se quiere decir con todos los sentidos y para expresarlo con mayor claridad con sus compañeros y en sus fotos.
- 16) No tomar fotos por tomar sino estar conscientes de lo que se hace, cómo se hace y para qué se hace.
- 17) Acompañamiento y escucha para saber cómo lograr hacer fotos significativas.
- 18) Pasión (actitudes frente al arte o ante la vida... búsqueda de sí)
- 19) Saber cómo transmitir emociones y sensaciones (expresión)
- 20) Tener más experiencias significativas para poder saber transmitir lo que se quiere con más seguridad
- 21) Claridad en el tema y en cómo saber decirlo



- 22) Más imaginación
- 23) Poder saber expresar exactamente lo que imagino y visualizo
- 24) Creer que lo que voy a hacer y que lo voy a lograr (confianza en sí mismo)

Estas 24 respuestas fueron muy útiles para corroborar, mediante evidencias actuales y por escrito, lo que como profesora había venido observando en grupos anteriores. La aplicación del “Cuestionario de detección de necesidades”, fue clave para el desarrollo del proyecto de intervención desde el Enfoque Centrado en la Persona. Estas 24 necesidades detectadas se agruparon de manera concreta en 4 grupos.

**Tabla1. Agrupación de respuestas al “Cuestionario de detección de necesidades”**

1) Comunicación interpersonal	<b>Consigo mismo y con los demás. Trabajo en equipo. no se puede trabajar en equipo si no se conocen ellos mismos, saber lo que quieren y lo que necesitan. De aquí se derivan dos procesos importantes:</b>	
	a) Trabajo con uno mismo y otros con y para los demás: escucha y empatía	b) ¿Cómo lo reciben los demás y cómo lo escuchan?
2) Conciencia corporal y emocional	Para trabajar desde la imaginación y la creación	
3) Reconocerse en su proceso creativo	Al identificar lo que se quiere, entonces saber qué expresar y cómo expresarlo	
4) Desarrollo de su proceso creativo	Para dotar de sentido a sus imágenes fotográficas	

Fuente: elaboración propia

De los cuatro grupos de necesidades, con el fin de acotar la intervención y por ser más cercanos a los propósitos de la asignatura de “Fotografía digital”, solo se tomaron en cuenta los últimos tres para la intervención. Después de este trabajo, en el semestre de otoño del 2014, participé como profesora en dos grupos de esta asignatura dentro del ITESO, con los cuales podía llevar a cabo el proyecto de intervención. Decidí impartir mis clases con cada grupo, y durante las dos primeras clases estuve muy atenta a las necesidades e inquietudes que cada grupo presentaba, y aunque en un inicio no podía decidirme por uno de éstos, ya que ambos tenían las necesidades que previamente había identificado en el “Cuestionario de detección de necesidades”, la decisión la tomé justo después de la segunda sesión del grupo de los viernes, gracias a

que los mismos alumnos comenzaron a hacerme preguntas como: “Maestra, ¿cómo le hacemos para que las fotos que tomemos sean buenas para nosotros y también para los demás? ¿Cómo le hacemos para que nuestras fotos no sean iguales a las que siempre vemos?” Además de que agregaron comentarios como; “estoy muy contento después de haber practicado y vivido esta sesión, me gusta porque no es una clase teórica o que no le encuentre sentido a lo que andamos haciendo... me voy contento”. Luego de haberles escuchado, les pregunté que, si querían ir a Tapalpa a trabajar en un sábado, fuera de clases y todos levantaron la mano, lo que denotó que tenían disposición para hacer mejores fotografías, pues tenían interés en realizar actividades, incluso, fuera del horario de clase. Esto me permitió proponerles que fueran parte de mi proyecto de intervención y con gusto aceptaron.

## **1.2 Propósitos de la intervención**

### **1.2.1 Propósito general**

Que los estudiantes de la asignatura de “Fotografía digital” desarrollen su expresión creativa a través del reconocimiento de sensaciones y emociones propias, con miras a crear imágenes dotadas de sentido mediante su participación en un taller basado en el Enfoque Centrado en la Persona.

### **1.2.2 Propósito específicos**

Que los participantes contacten con sus emociones y sensaciones para expresarlos de manera creativa mediante imágenes fotográficas.

Que comuniquen de manera creativa aquello que les motiva y les es significativo a través de la creación de fotografías.

Que expresen de forma oral, escrita y visual lo que sienten, piensan y perciben con y desde sus propias experiencias.

### **1.2.3 Preguntas de análisis**

#### **Pregunta central:**

¿Los estudiantes dotaron de sentido a sus imágenes fotográficas mediante el contacto con sus sensaciones y emociones, y dado el caso, cómo?

#### **Preguntas secundarias:**

¿El contacto con las emociones y sensaciones favorece que se dé sentido o significado las imágenes fotográficas?

¿Los participantes contactaron con sus emociones y sensaciones, y dado el caso, de qué manera?

### **1.3 Plan de acción**

La intervención fue realizada en el semestre de agosto a diciembre de 2014 dentro de la clase de “Fotografía digital”. Se desarrolló durante 5 sesiones de 3 hrs., 2 sesiones de 2:30 hrs. y una sesión de 3:30 hrs. En total fueron 23 horas de trabajo. Además de tres entrevistas a estudiantes con una duración de entre 40 minutos a 1:30 hrs. Algunas intervenciones tuvieron lugar dentro del aula, en el estudio de fotografía y otras dos sesiones de práctica fueron en el exterior; en el Panteón de Mezquitán, en la Glorieta Minerva, en Tapalpa y en espacios abiertos de la misma universidad. También se utilizaron aulas apropiadas para favorecer el contacto con la experiencia emocional, por lo que también trabajamos en cuatro aulas que contaban con cañón, computadoras y sonido, lo que permitió la estimulación necesaria para trabajar con los cinco sentidos, y así, enriquecer las sesiones dedicadas a esto. Por ello se incluyeron actividades con

frutas, verduras, globos, fotografías, las noticias del radio, un cortometraje, música e instrumentos, lo que facilitó el contacto y la expresión de las emociones, así como reconocerse y reconocer a sus compañeros en éstas expresiones. Dichas actividades, y otras, se integraron en un bloque denominado “Taller de sensibilización”, a la propuesta de la asignatura “Fotografía digital”, que contó con cuatro horas semanales durante 16 semanas. Para lograr el propósito del taller, fue necesario trabajar desde tres dimensiones:

- 1) La dimensión técnica. Para ello, nos trasladamos a diferentes escenarios, fuera de los horarios de clase, para avanzar en la comprensión del manejo técnico de su cámara, y mediante una práctica intensiva de cuatro horas, lo pudieran comprender mucho más rápido y de manera más clara y significativa. Fuimos a Tapalpa, a la Minerva, al Panteón de Mezquitán y a otros espacios abiertos dentro de la misma universidad donde estudiaban.
- 2) La dimensión estético-compositiva; para favorecer el posicionamiento, desde la estética, del estudiante y para que la integrara en una estructura expresiva. Se trabajó de manera integral con la anterior.
- 3) La dimensión expresiva; con el fin de impulsar la expresión personal y emocional del autor de la imagen fotográfica, y que fue el eje central de la intervención.

### **1.3.1. Lugar y condiciones**

Este taller se llevó a cabo en cuatro salones distintos de la universidad donde estudiaban los estudiantes, que con tiempo solicité para poder lograr el proceso de cada sesión. Uno de los salones nos fue más cómodo, dado que contaba con cañón para proyección de imagen y reproducción de sonido, pues nos permitió trabajar de manera interactiva. Otros espacios fueron un estudio fotográfico para generar las imágenes personales y de expresión de emociones, un auditorio donde pudimos realizar diversas actividades, como tronar globos con harina y con agua y luego

acomodarnos para las retroalimentaciones grupales. También trabajamos en un aula/estudio, donde mediante las computadoras, donde cada alumno expuso su autorretrato realizado en una sesión práctica.

### **1.3.2 Recursos humanos, materiales y financieros**

#### **Recursos Humanos**

El taller de sensibilización que se incluyó en la asignatura de “Fotografía digital” y contó con alumnos de diversas Licenciaturas de la universidad y con el apoyo del director del área de laboratorios para facilitar los espacios adecuados para la intervención .

#### **Recursos materiales y financieros**

Para el trabajo se requirió de una videocámara, un tripié, un cañón con audio e imagen, un estudio de fotografía con equipo de iluminación, un aula con 16 computadoras, audio y cañón para proyectar imágenes y video. Además de un aula con sillas, mesas y cañón para trabajar; todos estos recursos fueron facilitados por la misma Universidad. Los materiales impresos para las diferentes sesiones, una tablet y una laptop para proyectar imágenes en video, cámara fotográfica digital, 30 globos, dos bolsas negras medianas, medio kilo de harina, agua, un alfiler, ocho manzanas y ocho guayabas, un betabel, una jícama, servilletas. 16 plumas negras y 16 marcos en forma de cámara, son recursos que fueron proporcionados por la encargada del proyecto.

#### **Estructura del trabajo**

En la siguiente tabla se muestran las 8 sesiones que se tuvieron dentro de las 16 clases que los alumnos tuvieron dentro de los horarios de clase de la asignatura optativa de “Fotografía digital”. La primera sesión fue justo el primer día de clases, y por ello, la sesión aparece con un cuadro de color blanco. El resto de las sesiones tienen colores asignados de acuerdo al objetivo y al acercamiento que se tuvo. Las sesiones que aparecen con el color naranja indican el acercamiento a la percepción a través de los

sentidos, enfatizando alguno en específico. El gusto, tacto, olfato y vista fueron experimentados en la segunda sesión, y en las sesiones 7 y 8, se trabajaron las sensaciones y emociones experimentadas en la escucha, en la vista y en la expresión corporal, para entonces plasmar ideas concretas, tanto en dibujos en papel, como en una imagen fotográfica. En las sesiones de color verde, el objetivo fue trabajar en grupo y el estímulo fue enfocado en la percepción visual, la cual se vinculó con objetos proporcionados por los participantes, así como a su significado según las historias, las experiencias vividas y el contexto en el que se estas dieron.

Las sesiones 5 y 6, tuvieron como finalidad establecer contacto con las emociones y sensaciones, e incluyeron algunas cuestiones que suscitaban polémicas, tales como la muerte, las pérdidas y la impotencia ante hechos que no se pueden cambiar. Enseguida se muestra una tabla que muestra las temáticas de las sesiones y el campo de exploración a la que fue destinada cada sesión.

**Tabla 2. Objetivos y temática de las sesiones**

Claves: **S** percepción sensorial **S** Conocimiento Personal y grupal **S** Emociones

<b>S1</b>	<b>Actividad: Conocimiento de los participantes</b> <b>Temática: La importancia de la Percepción</b>
<b>S2</b>	<b>Actividades:</b> <b>1.Sensibilización con los sentidos</b> <b>2.Sensibilización corporal</b> <b>Temática: ¿Guayabas o manzanas? ¡Globos! Exploración y explosión de sensaciones y sentimientos</b>
<b>S3</b>	<b>Actividad: Conocimiento personal y grupal</b> <b>Temática: Percepción mediante objetos personales. ¿Qué veo y qué me significa?</b>
<b>S4</b>	<b>Actividad: Conocimiento personal y grupal</b> <b>Temáticas: Autorretrato ¿Cómo me perciben? “Click a mi conocimiento personal y del otro”</b>
<b>S5</b>	<b>Actividad: Exploración y expresión de emociones</b> <b>Temáticas: Vida y muerte. Una cuestión de percepción</b> <b>Expresión de sentimientos / Mi esquel y mi tumba. Muestra de fotos del espacio final.</b>

<b>S6</b>	<b>Actividad: Exploración y expresión de emociones</b> <b>Temática: Escucha atenta a lo que nos rodea y acontece. ¿Qué tan cerca estoy de mi cuando estoy junto al otro?</b>
<b>S7</b>	<b>Actividad: Expresión de emociones a través de lo que escucho y veo</b> <b>Temática: ¿Cómo visualizo aquello que veo?</b>
<b>S8</b>	<b>Actividad: Sensibilización con la vista, expresión corporal y visual</b> <b>Temática: ¡Dale “Click” a una emoción/sensación!</b>

Fuente: elaboración propia

### 1.3.3 Programa de la intervención

A continuación, se presenta el programa del taller cuya duración se dividió en cinco sesiones de tres horas, dos sesiones de dos horas y media y una sesión de tres horas y media, con el fin de alcanzar los propósitos de la intervención.

**Tabla 3. Programa de la intervención**

S	Fecha y lugar	Nombre de la sesión	Propósitos de la sesión	Actividades	Estrategias de evaluación
<b>1</b>	Agosto 22 Viernes  2hrs 30 min  Aula	La importancia de la percepción	1. Que los participantes se integren como grupo; que nos vayamos conociendo.  2. Que los participantes ejerciten y comuniquen su percepción.  3. Sensibilizar al alumno respecto a lo que implica trabajar con los 5 sentidos.  4. Establecimiento de normas y objetivos de trabajo.	Presentación del grupo; ejercicio de percepción- Gestalt Dinámica de percepción visual. Narrativa; ¿Qué veo y qué siento, qué cuento?  Potenciar el sentido visual para reflexionar sobre el proyecto final del semestre  Explicación de plan y forma de trabajo y de objetivos y normas del grupo.  Aplicación del “Cuestionario inicial del curso”	

2	<p>Sept 12 Viernes</p> <p>3hrs</p> <p>Aula y Jardín</p>	<p>¿Guayabas o manzanas? Globos</p>	<p>1.Explorar las sensaciones y los sentimientos. Tomar consciencia de ello en su cuerpo.</p> <p>2. Favorecer el conocimiento propio y de los demás.</p> <p>3. Vivir el factor sorpresa y lo reconocerlo para identificar emociones y sensaciones</p>	<p>Cerrar los ojos, centrarse en la respiración, con el cuerpo relajado, atender cada parte de éste</p> <p>Tocar la mano de sus compañeros, una jícama, un betabel, así como una guayaba o una manzana, con la finalidad de sensibilizar los cinco sentidos.</p> <p>Comerse una fruta y compartir la experiencia en equipos de dos y luego de manera grupal.</p> <p>Inflar algunos globos con harina y agua. Tres voluntarios truenan globos y reciben en sus cabezas el agua y la harina. El grupo toma fotos.</p> <p>En el grupo se comparte la experiencia.</p>	
3	<p>Sept 19 Viernes</p> <p>3 hrs</p> <p>Aula</p>	<p>¿Cómo me percibo y me perciben?</p>	<p>1. Reconocer a los demás mediante la narrativa de sucesos importantes de vida.</p> <p>2. Promover la integración grupal. El grupo se irá integrando y conociendo por medio de la escucha atenta y la retroalimentación de lo que sus compañeros observan de cada uno.</p>	<p>En pareja, cada quien presenta a su compañero un objeto que les signifique:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Infancia</li> <li>2. Amor</li> <li>3. Familia</li> <li>4. Amigos</li> <li>5. Alegría</li> <li>6. Tristeza</li> <li>7. Miedo</li> <li>8. Coraje</li> <li>9. Sueño en la vida</li> </ol> <p>Colocados en triadas, alumno describe a su compañero/a en una hoja</p>	



4	<p>Octubre 03</p> <p>Viernes</p> <p>Aula- Estudio 3hrs</p>	<p>Auto-retrato</p> <p>¿Cómo me perciben?</p> <p>“Click” a mi conocimiento personal y del otro</p>	<p>1. Que el grupo se vaya reconociendo por medio de imágenes.</p> <p>2. Darse cuenta de los sentidos, sensaciones y emociones frente aquello que se expresa él demás.</p>	<p>Cada alumno mostrará las tres fotos que tomó de su compañero</p> <p>2. Cada integrante del grupo escucha atenta y retroalimenta lo que observa de sus compañeros, con el fin de ir conociéndose a sí mismo y a los demás</p> <p>3. El alumno que tomó las fotos del compañero expresa lo que percibió del que retrató</p> <p>El que fue retratado, expresa sus sentimientos y pensamientos con uno de sus compañeros y cada uno registra lo que le comentan en una hoja</p> <p>El grupo comparte lo que vivió con e identifica cómo se siente con una palabra.</p> <p>Cada participante contesta el “Cuestionario final de sesión”</p>	
---	--	--	--	---	--

5	<p>Octubre 17 Viernes</p> <p>3hrs</p> <p>Aula</p>	<p>Vida y Muerte, cuestión de percepción.</p> <p>Expresión de sentimientos</p>	<p>1. Que los integrantes se conozcan compartiendo su experiencia emocional</p> <p>2. Lograr la integración grupal por medio de la escucha y de la retroalimentación de los compañeros</p> <p>3. Que los participantes desarrollen su capacidad de observación y percepción ante objetos y contextos de diversos significados</p>	<p>Compartir con los demás las emociones que se generan a través de la foto impresa de una tumba del Panteón de Mezquitán o de otro lugar que se considere para estar después de la propia muerte</p> <p>Mostrarles una foto en blanco y negro de una fosa, donde se encuentra un sacerdote y personas que observan de arriba hacia abajo. Mantenerse en silencio.</p> <p>Se solicita que contesten una hoja en la cual viene un escrito que contiene frases sin completar; es su esquela.</p> <p>Cada integrante escucha atentamente, comparte su imagen y expresa por qué le tomó fotos y escogió cierta tumba. Los demás escuchan atentamente a sus compañeros, lo que piensa y siente sobre su tumba y su esquela.</p> <p>Se comparte ante todo el grupo lo que significa morir; se reflexiona respecto a la esquela. Se les pide que se expresen en cuanto a lo que sienten al respecto.</p> <p>Se retroalimenta acerca de lo que se aprendió.</p> <p>Cierre y contestar el "Cuestionario final de sesión"</p>	
---	---	--	---	---	--

6	<p>Octubre 24 Viernes</p> <p>3hrs</p> <p>Aula</p>	<p>Escucha atenta ante lo que nos rodea y acontece</p>	<p>1. Que los integrantes desarrollen la escucha respecto al entorno social mediante eventos del acontecer que les involucran</p> <p>2. Compartir las propias emociones con los compañeros</p> <p>3. Que el grupo se sensibilice a sus emociones y sus sensaciones corporales y ante la retroalimentación de los demás</p> <p>4. Que los participantes sean conscientes de su estar aquí y ahora y comprendan a los demás de manera empática</p> <p>5. Lograr mayor claridad en la producción de un foto-reportaje y lograr el acercamiento a lo que sucede en el entorno social</p>	<p>Los alumnos se sientan en sillas en forma de herradura, sin una mesa o escritorio que los limite físicamente a estar más cerca de los demás.</p> <p>Se les pide que cierren sus ojos y escuchen atentamente la noticia sobre la muerte de un estudiante de otra universidad.</p> <p>Compartir ante el grupo lo que sienten y piensan, cómo están físicamente y cómo se sienten al escuchar la noticia.</p> <p>Se expresa a través de una serie de fotografías que muestren un hecho y su contexto, lo que es elegido libremente</p> <p>Al reconocer las propias emociones y sensaciones, se comparten mediante un cuestionario</p> <p>Tarea: pensar en una propuesta de tema y hecho para realizar su foto-reportaje, así como responder a las preguntas: qué, quién, cómo, cuándo, dónde, por qué y para qué.</p>	
7	<p>Noviembre 14 Viernes</p> <p>3:30 hrs.</p> <p>Estudio</p>	<p>¡Dale "Click" a una emoción - sensación</p> <p>Comunicación y visualización</p>	<p>1. Que los alumnos transmitan su idea y el sentimiento a sus modelos para capturar la esencia de la fotografía artística.</p> <p>2. Que el alumno indique: color, iluminación y encuadres necesarios para transmitir su idea a la profesora y al grupo.</p> <p>3. Que los integrantes de cada equipo puedan vivir la empatía para poder comprender lo que el otro compañero necesita comunicar.</p>	<p>El alumno transmite su idea a sus compañeros y a la profesora para que se le apoye en su producción fotográfica.</p> <p>Buscar herramientas sencillas y creativas, y una utilería mínima para significar un clímax emocional.</p> <p>Los alumnos trabajarán rápido, bajo estrés y con poco tiempo, para que la toma inmediata de decisiones.</p> <p>Reconocer las emociones y sentimientos. Responder el "Cuestionario final de sesión".</p>	

8	Noviembre 28 Viernes 2.30 hrs.  Aula	Cierre del taller  Evaluación Grupal	1. Que el alumno reconozca los alcances de su potencial creativo a través de la retroalimentación grupal.  2. Que los participantes se percaten de los alcances de este taller.  3. Evaluar y concluir esta etapa del Taller como parte de la clase.	Cada alumno hará comentarios que conlleven comprensión empática hacia sus compañeros  Cada equipo proyectará sus imágenes del sentimiento del equipo  Contestar el "Cuestionario final del taller"  Compartir experiencias acerca del taller.	
---	---	--	--	---	--

### 1.3.4 Recolección de la información

Los instrumentos utilizados para la recolección de la información son los siguientes:

1. "Bitácoras de observación"; donde se registra lo acontecido en cada sesión
2. "Cuestionario inicial del curso": que me permitió saber el perfil y los intereses de cada alumno.
3. "Cuestionario final de sesión"; para obtener información acerca de cómo terminaban la sesión
4. "Cuestionario final del taller": para obtener información de cómo terminaron los participantes
5. Transcripciones
6. Videgrabaciones

Mediante estos instrumentos se recabó la información para ser organizada y sistematizada, para su posterior procesamiento analítico, con el fin de alcanzar el propósito de la intervención y dar respuesta a las preguntas de análisis.

## CAPITULO II. MARCO REFERENCIAL

*“Una fotografía es escoger un hecho de la vida,  
y ese hecho vivirá por siempre”*

Raghu Rai

El marco referencial aporta el fundamento teórico de una intervención, que, en este caso, fue el trabajo realizado con jóvenes universitarios de una institución privada y cuyo propósito fue que desarrollaran su expresión creativa a través del reconocimiento de sensaciones y emociones propias, con miras a crear imágenes dotadas de sentido para ellos. La conformación de este marco teórico-conceptual es de la siguiente manera: a) primero se encuentran las indagaciones en otros Trabajos de Grado de la Maestría en Desarrollo Humano realizados con un propósito similar u otras intervenciones realizadas desde el Desarrollo Humano, respecto al estudio de las emociones, la creatividad y las experiencias significativas. En seguida se describen los conceptos, que desde el Enfoque centrado en la Persona y/o el Desarrollo Humano, dieron sustento a este trabajo, para terminar, con lo referente a la problemática abordada.

### 2.1 Estado actual de la cuestión

Se revisaron varios Trabajos de Grado elaborados por alumnos de la Maestría en Desarrollo Humano del Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO), que tuvieran que ver con el propósito de esta intervención; se localizaron cuatro trabajos, que se aproximan al planteamiento sobre el tema del arte, la expresión creativa, la motivación o inspiración y las emociones.

El primero es el de Álvarez, María Romelia, (2012), intitulado: “El proceso creativo como camino de crecimiento. El cine como un medio para expresar la propia visión del mundo. Módulo de sensibilización para desarrollar la creatividad de un grupo de estudiantes de licenciatura del ITESO del proyecto de aplicación profesional

‘Producción cinematográfica en 16mm’ desde el Enfoque Centrado en la Persona”. El punto en común con el presente Trabajo de Grado, es lo que Álvarez afirma: “Considero que la sensibilización a la creatividad puede darse desde el Enfoque Centrado en la Persona (ECP), dado que, al generarse un clima de empatía, congruencia y aceptación positiva incondicional, la persona puede expresarse libremente, abrirse al propio conocimiento y dejarse ver por el otro (2012, pp. 2). El objetivo de su intervención fue que los participantes en un módulo de sensibilización para desarrollar la creatividad impartido dentro del Proyecto de Aplicación Profesional “Producción Cinematográfica en 16mm”, tuvieran un mayor conocimiento de sí mismos. También para que encontraran en sus experiencias de vida, cierta inspiración para elaborar proyectos audiovisuales que fueran trascendentes, tanto para sí mismos, como para los espectadores, es decir, que movieran a la reflexión. Entre los resultados que reporta la autora, se encuentra que los alumnos, gracias al acompañamiento y facilitación del proceso creativo, lograron valorarse como personas, tanto en el ámbito escolar, como en otras áreas de su vida, y con ello, encontrar la inspiración y motivación para generar guiones para producciones cinematográficas con significados relevantes para ellos. Esta intervención se asemeja a la presente y fue un referente para la realización del taller que se llevó a cabo, dada la similitud de la población y el tema de la creatividad.

El segundo trabajo es de Lorena de Jesús González (2011) “Emociones propias... sabiduría interna. Taller basado en el Enfoque Centrado en la Persona, con estudiantes de la Universidad de Guadalajara”. Su objetivo consistió en facilitar la sensibilización, reconocimiento y expresión de emociones y sentimientos, como un recurso para potenciar el crecimiento. El taller fue la modalidad de la intervención, lo que, es entendido por la autora, “como un proceso a partir del cual se buscan aprendizajes significativos desde las vivencias individuales de cada participante, su procesamiento interno y el establecimiento de una relación enriquecedora dentro del grupo” (p.20), en este caso, en el campo socio-educativo. Entre los logros reportados por las participantes, que se relacionan con los propósitos del presente trabajo, se identificaron los siguientes: que se dio un proceso de cambio en la valoración personal, en la consideración positiva de los participantes y un cambio en la percepción de

sensaciones corporales. Las emociones fueron una cuestión que no se abordó de manera relevante en ese trabajo, sin embargo, existe afinidad, entre el trabajo que realizamos, con los objetivos y los cambios reportados por González (2011).

Otro trabajo que contó con elementos importantes para el que ahora se presenta, fue el de Jiménez, Alma Eloyna (2012), cuya intervención la intituló: “Vinculándonos desde el corazón”. Taller de autoconocimiento para renovar las relaciones inter e intra personales con mujeres pertenecientes a la comunidad de la Parroquia de Santiago Apóstol, fundamentado en el Enfoque Centrado en la Persona”. En el taller realizado por Alma Eloyna, se observa que su propósito lo centra en que las participantes se dieran cuenta de los recursos que tienen para vincularse consigo mismas y con los demás. La autora señala que, en un contexto grupal, como es el aula, es importante la expresión personal. Jiménez (2012), afirma que “poder comunicarse debidamente, tiene mucho que ver para poder relacionarnos adecuadamente, con nosotros mismos y con los demás; comunicarnos con nosotros mismos implica escucharnos, nuestro cuerpo, nuestro sentir, lo que pensamos, la manera en la que nos tratamos, lo que nos decimos, en fin, es la manera de contactar con lo que vamos siendo y conocernos”. (p.20). Si esto se traslada a un taller donde los alumnos ponen en juego su creatividad, resulta relevante que tengan la oportunidad de escucharse, de darse cuenta de lo que quieren y que quieren expresar, cómo expresarlo y qué significa hacerlo. La autora afirma que en un grupo de aprendizaje, los participante, por lo general, se presentan algo inseguros respecto a lo quieren, y aunque están abiertos a aprender, en ocasiones no identifican claramente lo que sienten. Al respecto incluye el siguiente testimonio: “confundimos las emociones, las tapamos con otras, nos mostramos enojados, cuando en realidad tenemos miedo o tristeza, no sabemos identificarlas y mucho menos darles el nombre correcto, por tanto no podemos solucionarnos, sólo pasan, las guardamos o si bien nos va, explotamos, en los lugares y con las personas que nada tienen que ver con lo que nos pasa” (p.19). Justo esto es lo que se buscó en varias de las sesiones realizadas en la intervención que da pie a este trabajo: comprender las emociones propias, qué sucede cuando se expresa en un grupo y expresarlas en un tema fotográfico. Jiménez llega a concluir, que en su trabajo, el grupo pasó de la

desconfianza y el miedo hacia la confianza y la libertad, para compartirse abiertamente, expresar experiencias significativas y la expresión de emociones dentro del grupo.

El 23 de mayo de 2012, el profesor de cerámica, José Jorge Sánchez, presentó, para obtener su grado de Maestría en desarrollo Humano, el trabajo denominado “Espacio para la expresión plástica de emociones en alumnos del ITESO, desde la perspectiva del Enfoque Centrado en la Persona”. Para llevar a cabo este trabajo, realizó un taller de sensibilización, de expresión de emociones y de aprendizaje significativo, teniendo como base la escucha empática, la tendencia actualizante y la enseñanza centrada en la persona, como una propuesta de trabajo necesaria para fortalecer el aprendizaje significativo. El propósito de su trabajo fue que los alumnos expresaran sus sentimientos y emociones verbalmente y a través de la creación plástica, para que su trabajo tuviera además, un significado personal y no se quedara en la aplicación de una técnica escultórica. El autor menciona que el aprendizaje significativo implica que el estudiante no se sienta rechazado en su dignidad humana y encuentre un clima de seguridad y confianza en el grupo. Y agrega que es importante también, la participación activa del estudiante, ya que le facilita el aprendizaje y le permite la integración de sus ideas, sentimientos, acciones y experiencias. Cuando la persona se concibe como un organismo integral, el aprendizaje es mejor asimilado y más perdurable. Además, el desarrollo del juicio crítico que promueve la autoevaluación, permite al estudiante lograr independizarse, ser original y creativo y vivir con mayor libertad. Otros logros son la apertura al cambio, la flexibilidad y la capacidad de aprender como elementos de gran importancia social (Sánchez, 2012, p.32). En su Trabajo de Grado, Sánchez (2012), fomenta la expresión de emociones a través de medios plásticos desde la perspectiva del ECP, y con ello, ya lo decíamos, obtuvo efectos positivos en el proceso de crecimiento de las personas. Además, durante el desarrollo de la intervención, los participantes manifestaron aprendizajes que se relacionaron con la disposición para la expresión de sus sentimientos y emociones. La consulta de este trabajo fue pertinente debido al perfil de los participantes y a su objeto de estudio, ya que, en el presente trabajo, desde un contexto de aula, se pudo



conocer más sobre la significatividad de la expresión por medio del arte y de las emociones. Esto coincide con el propósito de este documento que tiene que ver con la expresión de emociones mediante la expresión artística. Por otra parte, si se tiene presente, que tanto la fotografía, como las artes plásticas en general, son un medio de expresión, es justo un trabajo que merece tenerse en cuenta. Con su Trabajo de Grado, se corrobora la inquietud de trabajar con un seguimiento en el que los alumnos reconozcan y compartan sus emociones, abrirse al cambio y expresarse de manera artística, en un taller desde el Enfoque Centrado en la Persona.

### **2.2.1. La experiencia emocional y el significado en el Enfoque Centrado en la Persona**

*“Las fotografías más bellas son aquellas  
que te generan recuerdos emocionantes. Incluso si aún no los has vivido”*

Dorothea Lange

El organismo está estrechamente ligado con las emociones y sentimientos. Como seres humanos, se está expuesto a experimentar constantemente vivencias cargadas de significados, que, al hacerlos conscientes, se puede identificar qué sucede con estas emociones. El reconocimiento y la expresión de las emociones tiene relación directa con las expresiones verbales y no verbales. De acuerdo con Rogers (1961), reconocer las propias emociones como parte de la naturaleza humana, en lugar de evadirlas o rechazarlas, es parte del proceso de convertirse cada vez más en la persona que se es.

La acción de reconocerse como un organismo en movimiento que tiene una tendencia al desarrollo, brinda a la persona la gran posibilidad de vivirse en mayor armonía consigo y con su entorno. Las expresiones personales, podemos decir, que siempre conllevan un ingrediente emocional, que, por cierto, incluye lo cognoscitivo, por lo que, es importante, contactar y comprender la propia experiencia emocional. Este trabajo no se centra en establecer una diferencia entre lo que es una emoción y un sentimiento, ya que no es sencilla esta delimitación, por lo que, en la literatura, suelen

señalarse como sinónimos. Sin embargo, consideramos oportuno tener algunos puntos de vista al respecto. Greenberg (2000), define la emoción como:

Señales intermedias que nos dirigen para poder mantenernos vivos. En comparación con la cognición, la emoción constituye un sistema biológicamente más antiguo, de acción rápida y adaptativa, un sistema destinado a mejorar la supervivencia (Greenberg, p. 32-33).

Aunque el autor separa la emoción de la cognición, cuestión en la que no estamos de acuerdo, señala que la emoción alerta para reaccionar ante un suceso, y como a esa reacción mueve se le suma el pensamiento, darse cuenta tal respuesta resulta importante para la sobrevivencia. Por su parte, Larios (2010), afirma que una emoción es: “el conjunto de sensaciones experimentadas. En el momento que una persona le pone nombre a eso que percibe, cuando le da un significado, hablamos de un sentimiento” (p. 29). Para Biskarra (2005), existe una relación directa entre el pensamiento, o contenido cognoscitivo y la emoción: ambos se encuentran íntimamente interrelacionados y se influyen unos a otros.

Para efectos del taller, es importante distinguir estos términos, ya que, para el participante, fue importante detectar lo sucedido con su cuerpo, con lo que en un momento lo movía a expresar, a otorgarle significado e identificar el sentimiento que se podía representar en una imagen. De acuerdo con Biskarra (2005), es posible estar consciente de la conexión de las emociones, pensamientos, órganos de los sentidos y las sensaciones que se experimentan. Las emociones son esta conexión, no están aisladas, y son el fundamento para movilizar y contactar de “adentro hacia fuera”, justo en la manera como el cuerpo reacciona y se comporta. Redorta (2006), enfatiza lo anterior cuando define la emoción como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación perturbación que predispone a la acción” (p. 23 y 24). En este mismo sentido de activar y movilizar, Biskarra (2005), agrega que la emoción es:

Algo que nos pone en movimiento, que nos impulsa desde nuestro interior, que nos mueve al exterior y nos impulsa a actuar. Todas las emociones implican un cambio en la postura o el movimiento corporal y un cambio en la respiración. Las emociones se manifiestan tanto en la mente como en el cuerpo, a través de las posturas corporales, gestos y expresiones (Biskarra, p. 17).

Estos referentes son de utilidad para informar cómo se encuentra la persona y para valorar que la sensibilidad a lo que las emociones y sentimientos nos dicen, ofrece posibilidades de crecimiento. Las emociones son el motor de la vida, lo que le da calor y color. El equilibrio entre lo que es percibido del mundo a través de los sentidos y lo que se interpreta de él, así como “lo que pensamos, lo que sentimos, deseamos y hacemos, y lo que hablamos o expresamos, nos llevará hacia una salud del ser”, al decir de Biskarra (2005, p.259). Esta salud se promueve cuando la persona reconoce lo que le ocurre y lo expresa, puesto que le permite tener mayor claridad acerca de lo que le pasa, y con ello, tomar las acciones correspondientes y no otras. La vinculación que nos ofrecen las emociones, entre lo que se percibe y se siente, es fundamental para establecer contacto con uno mismo, con lo demás, con los demás y con lo que se es y se ha vivido. Para ello, el contexto donde la persona se encuentra es importante, ya que le permite tener claridad de aquello que sucede, y con ello, otorgarle significado y expresión. Greenberg (2000), puntualiza que “para poder hablar de nuestros sentimientos con facilidad necesitamos el entorno adecuado. Necesitamos seguridad emocional y un cuidado empático y genuino por parte de los demás, saber que respetarán nuestros intereses y conflictos” (Greenberg, p.41). Lo anterior, ciertamente que no es una condición para lograr la propia expresión, ya que ésta se puede realizar aun cuando otros no la aprueben o la favorezcan, pero ciertamente, que sí la favorece, y además, ahorra conflictos.

Al estudiante universitario le favorece un acompañamiento que le brinde confianza y claridad en aquello que quiere comunicar, para que en la medida que se conecte o establezca contacto consigo mismo, con lo que siente y piensa, se le facilite expresarse de manera más clara y creativa. La relación empática y genuina, tanto dentro de una

facilitación grupal, como individual, ayuda a la expresión emocional, a la relación interpersonal, a promover la aceptación de la misma persona, de los demás y de sus experiencias significativas y creativas. Esto es una de las aportaciones más importantes de Rogers (1985); la importancia del reconocimiento de los sentimientos, emociones y pensamientos propios para el desarrollo personal y social.

Rogers (1985), define la representación o experiencia del sentimiento como el “significado personal de una experiencia de tinte emocional: Por lo tanto, incluye la emoción, pero también el contenido cognoscitivo del significado de esa emoción dentro, y de forma inseparable, de su contexto experiencial e inmediato” (p. 27). Por ello, atender al contacto y reconocimiento de las emociones por parte de los participantes del taller, se consideró relevante para contribuir a la expresión de ellos mismos, así como la reflexión de sus experiencias a partir de la práctica fotográfica. El Enfoque Centrado en la Persona (ECP), focaliza la experiencia emocional y el significado personal que cada individuo otorga a su experiencia. Rogers (1985), señala que la simbolización es fundamental para el desarrollo del potencial creativo, y define este proceso como otorgar sentido y significado a la experiencia. Y agrega que, al experimentar conscientemente lo que se vive, se da significado y se simboliza

de manera adecuada en el plano de la consciencia esos hechos sensoriales o viscerales...la simbolización tiene diversos grados de exactitud, por lo general nos servimos de expresiones como “experimentar cada vez más conscientemente” para indicar que se está haciendo referencia a la extensión de este proceso hacia una simbolización más completa y exacta (Rogers, 1985, p. 27).

Gracias al diseño de una estrategia didáctica que lleve a la persona a vivir y experimentar algo que luego sea significativo de acuerdo a lo que suceda, la manera de significar esa vivencia, la reflexión de lo ocurrido, con el paso del tiempo y al experimentar algo similar a otra situación pasada, el recuerdo vivido servirá como referente para comprenderlo. Rogers (1985), agrega que la resignificación o sea, la simbolización correcta de la experiencia, es decir la que corresponde a esta misma, es

fundamental para el desarrollo personal.

Sentir de manera consciente también contribuye al conocimiento propio y a la valoración de la persona. Quien trabaja desde el ECP, tiene el compromiso de escuchar plenamente y de fortalecer la retroalimentación de aquello que el otro comparte con el mayor respeto y aceptación posible. Es entonces, en el marco de un taller, en el que es posible hacer “*click*”, con la experiencia personal y su significado, el establecimiento del contacto con las emociones, y que, al identificarlas, puedan expresarse de manera individual y luego grupal. Quien se expresa, se escucha, se percibe y reafirma aquello que sabe, siente y cree. En palabras de Redorta (2006): “el estado emocional de una persona determina la forma en que percibe el mundo. Sólo esta razón ya hace imprescindible acercarnos al mundo de las emociones para comprendernos mejor” (Redorta, 2006, p.23).

La experiencia emocional y su simbolización, trascienden la división de lo interno con lo externo, pues vinculan ambas dimensiones, posibilitándole a la persona la relación consigo misma y con los demás y la manera particular de contactar y expresarse en el mundo. Este trabajo se enfoca en el favorecimiento de las condiciones, en términos de relación y de comunicación, para que el estudiante universitario manifieste aquello que no siempre expresa, y lo comparta por medio de imágenes fotográficas, y a su vez, las resignifique y les otorgue un sentido, y de esta manera, mediante este contexto favorecedor, canalice y potencialice representaciones icónicas de forma más personal, y por consiguiente, más creativa.

### **2.2.2 Una relación constructiva y creativa: hacer “click”**

Rogers (1985), hace énfasis en la importancia de establecer contacto por medio del encuentro interpersonal y/o grupal, ya que: “cuando dos personas están en presencia una de otra y cada una afecta al campo experiencial de la otra en forma percibida o subliminal, decimos que esas personas están en contacto” (p. 40). Establecer contacto

significa estar presente como uno es, y así, de esta manera, acompañar al otro. Al contemplar un hecho que es importante para las personas que participan en este contacto, es posible darle un sentido diferente, más enriquecido, pues conlleva la aportación propia y la de otros, y también se promueve la resignificación de aquello que sucede y de la experiencia de las personas. De esta manera, la persona se comprende a sí misma dentro de sus circunstancias. Este contacto se vuelve fundamental, como quien toma una cámara fotográfica y presiona un botón de obturación, un botón que mecánicamente levanta un espejo para que pueda haber contacto entre la luz y el dispositivo digital sensible que captura la imagen en un momento preciso. Con la expresión “hacer click”, lo que queremos señalar es la conjugación producida por el contacto con las emociones y los pensamientos propios, y la comprensión, mediante una relación con el atributo de la empatía, de la experiencia del otro o de un grupo de personas, con lo que ellos piensan, sienten, viven e interpretan. Gracias al “click”, las personas se conectan a sí mismas y entre sí para compartir juntas una nueva imagen de la realidad, un sentido compartido y una nueva experiencia emocional. Para lograr este contacto, o este “click”, fue fundamental que en el espacio físico donde se desarrollaron las sesiones, las sillas se dispusieran en forma de herradura, con el fin de que los participantes hicieran contacto visual entre sí, y a la vez, pudieran sentirse espacialmente más cercanos para poder observar, responder y captar los gestos y verbalizaciones de cada persona y del grupo en general. Barceló (2003), afirma, que establecer contacto, significa manifestar “la voluntad de sumergirnos en el mundo del otro, de promover la interacción” (p.209). El autor asevera que es estar abiertos al mundo del otro y estar presentes para entender su marco de referencia, esperar a que la persona responda, y en el caso de un grupo, movilizarlos a la interacción.

En el Enfoque Centrado en la Persona, Rogers (2007), destaca las actitudes que sostienen el establecimiento de una relación constructiva, que brinda la posibilidad de establecer contacto consigo mismo y con el otro, o como lo decíamos, hacer el “click”, y con ello, brindar a la persona la experiencia de sentirse acompañada y validada, y con ello, favorecida en su crecimiento personal. Estas relaciones tienen los atributos que señaló Rogers (1964): la aceptación positiva incondicional, la congruencia y la empatía.

De esa manera, la relación establecida, no sólo promueve el conocimiento personal, sino también las experiencias significativas, y por lo mismo, estimulan el flujo de la creatividad constructiva, cuestiones que competen en este Trabajo de Grado y que se desarrollan en los siguientes dos apartados.

### **2.2.3 La aceptación Incondicional: favorecer la apertura y la creatividad**

Rogers (1987), considera fundamental en una relación la aceptación positiva incondicional; en sus palabras:

Cuanto mayor sea la aceptación y el agrado que experimento hacia un individuo, más útil resultará la relación que estoy creando, entiendo por aceptación un cálido respeto hacia él como persona de mérito propio e incondicional, es decir, como individuo valioso e independiente de su condición, conducta o sentimientos (p. 41).

El hecho de que el docente experimente una consideración positiva incondicional hacia el estudiante, quiere decir que tiene una disposición intencional a validar la experiencia de este último, que se presenta con una mirada llena de aprecio y aceptación. La consideración positiva se desarrolla en la medida que se va creciendo, hasta convertirse en una necesidad. En palabras de Rogers (1985): “el individuo desarrolla una necesidad de consideración positiva. Esta necesidad es universal por cuanto existe en todo ser humano y se hace sentir de manera continua y penetrante” (p. 65). Ello implica confiar en la capacidad del alumno para desarrollarse y crecer, así como el establecimiento de una relación con el otro sin juicios y hacerle notorio que cuenta con una variedad de recursos para auto dirigirse y promover su propio crecimiento. Esta consideración positiva incondicional también se manifiesta cuando el facilitador dispone de una intención profunda de saber esperar, sin ansias de control, sin pretender que quien participa actúe como el facilitador desearía que lo hiciera. Es importante que el facilitador valore la totalidad de la persona, del alumno. Significa

confianza en éste, interés y expresión de una relación de calidez y acogida sin condiciones. Rogers (1985) así lo afirma:

Cuando el terapeuta [en nuestro caso, el facilitador] experimenta una actitud positiva y de aceptación hacia lo que el cliente sea en un momento dado, aumenta la probabilidad de que el movimiento o cambio terapéutico tenga lugar. El terapeuta está dispuesto a que el cliente sea lo que sus sentimientos inmediatos le dicten: confusión, resentimiento, miedo, ira, valor, amor u orgullo (Rogers, 1987, p. 61 y 62).

El facilitador centrado en la persona tiene claro que cada persona es única e irreplicable, con capacidad de orientarse hacia el camino de su elección y hacerse responsable de ello. Se trata de mostrar respeto por las decisiones del otro con independencia de un acuerdo o desacuerdo. Este facilitador, muestra cercanía, realiza una opción decidida y clara, y de esta manera, quien se encuentra con él, percibe esta postura y se siente en un ambiente de seguridad, con lo cual puede ser él mismo con apertura, ya que

se le respeta y valora independientemente de lo que haga. Por consiguiente, pierde rigidez, puede descubrir lo que significa ser él mismo e intentar realizarse de maneras nuevas y espontáneas. En otras palabras, avanza hacia la creatividad” (Rogers, 1987, p. 304),

La aceptación incondicional es un elemento importante que ayuda a las personas, y a los jóvenes universitarios, a verse y sentirse, y por lo tanto, a contar con la apertura para crecer de manera más libre y espontánea. Los alumnos, al estar reunidos, sesión tras sesión, sin vivirse juzgados y trabajando en conjunto para vivir experiencias nuevas desde la libertad y el respeto, pero, sobre todo, la consideración positiva, hace posible que aprecien el universo de sus compañeros y lo conecten con el suyo, con lo que se complementan mutuamente, se enriquecen y adquieren mayor certeza.



#### 2.2.4 El sentir propio y el aprecio del mundo del otro para crear

De acuerdo con Rogers (1985), el estado de empatía o de comprensión empática, “...consiste en percibir correctamente el marco de referencia interno de otro con los significados y componentes emocionales que contiene, como si uno fuera la otra persona” (p. 45), luego agrega, que también es transmitirle al otro la comprensión de él que se logró. Entender y comprender a la otra persona, significa no perder esta condición de *como si...* Ver como si fueran sus ojos, entender el mundo desde dónde y cómo el otro ve, resonar al sentir de su cuerpo y de su piel, son ingredientes fundamentales para que la relación sea significativa y trascienda. Agrega Rogers (1964):

sólo cuando comprendo los sentimientos y pensamientos que al cliente le parecen horribles, débiles, sentimentales o extraños y cuando alcanzo a verlos tal como él los ve y aceptarlo con ellos, se siente realmente libre de explorar los rincones ocultos y los vericuetos de su vivencia más íntima y a menudo olvidada” (p. 41).

Sucede entonces que, al integrar a la relación interpersonal la cualidad de la aceptación positiva incondicional, la relación adquiere calidad, favorece un vínculo más cercano, y por consiguiente, propicia una cercanía personal más significativa. De esta manera, “la persona puede dejar en libertad su auténtico sí mismo y sabrá expresarse en formaciones nuevas y variadas en su relación con el mundo. Esto reside el estímulo básico de la creatividad” (Rogers, 1987, p. 310). De esta manera, se otorga mayor seguridad y claridad al sentir y expresar y la persona se abre a nuevas posibilidades para creer en sí misma, desde lo que expresa y cómo lo realiza. Maciel (2010), señala que, en este proceso de creer en lo que se es, la persona organiza en forma significativa la información que está en el fondo, a partir de los recuerdos y los sedimentos de la cultura, y se abre paso la propia “interpretación de la realidad, es decir, el cuento que yo me cuento acerca de mí y mi mundo” (p.48). Este estímulo

coincide, en que, al establecer contacto, se lleva a la vida y a la creación, como si fuese un ciclo, en el que surgen los sentimientos y la posibilidad de acción sobre estos, para favorecer el “darme cuenta y de contactar con mis propias necesidades” (Maciel, 2010, p.48). En ese proceso de darse cuenta, desde la comprensión empática, lo esencial es saber cómo se perciben las vivencias para que estas sean significativas y favorecedoras del desarrollo del potencial creativo del ser humano.

### **2.2.5 Percepción y la conciencia en la significatividad de la experiencia**

*“Lo importante es ver aquello que  
resulta invisible para los demás”  
Robert Frank*

Al referirnos al desarrollo de la sensibilización en una intervención en la modalidad de taller, es importante tomar en cuenta el trabajo grupal que se establece, con el fin de lograr un contacto cercano con cada participante frente a aquello que se sienta motivado a compartir dentro del aula, sea cual fuere el tema del que se hable y comparte, así como también considerar lo que cada uno es, experimenta y significa desde su mundo para entonces poder comunicarse a través de escritos y dibujos, pero sobre todo, fotografías. Por ello, es importante clarificar los conceptos de percepción y el marco de referencia interno. Rogers (1985), afirma que un marco de referencia interno es:

el campo de experiencias, percepciones, sensaciones, significaciones, recuerdos asequibles a la conciencia del individuo en un momento dado. El marco de referencia interno es el mundo subjetivo del individuo. Sólo se conoce ese mundo plenamente. Ningún otro puede llegar a conocerlo como no sea por medio de inferencia empática (p. 45).

Saber de qué se habla y para qué se habla de ello frente al otro, adquiere mayor sentido, en la medida que se comprende lo que el otro comparte y lo que para él es

importante, qué es aquello a lo que le da sentido y cómo se siente frente lo que experimenta, ya que no todas las experiencias son simbolizadas de la misma manera. Siguiendo con el autor, podemos decir que; “percepción es aquello que entra en la conciencia cuando los estímulos, principalmente la luz y los sonidos, influyen sobre el organismo” (Rogers, 1985, p. 28). Sin embargo, la percepción no es sólo un conjunto de estímulos externos, ya que, cuando el organismo es estimulado, este evento es simbolizado, es decir, adquiere una interpretación o significado que son susceptibles de alcanzar la consciencia y que habrán de posibilitar su comprobación con el objeto de corroborar si se ha hecho “click”.

Rogers (1985), llega a concluir que percepción y conciencia son sinónimos... cuando queremos destacar la importancia de los estímulos en el proceso; y conciencia, el término más amplio que abarca las simbolizaciones y significados que surgen tanto de estímulos puramente internos, (tales como los recuerdos, los cambios viscerales, etc.) como de estímulos externos (p. 29).

Orozco (2007), afirma que “en la percepción, el significado es personal (subjetivo), el significado que atribuimos a los objetos y a las vivencias dependerá, en cada caso, de los intereses que predominen en la vida de cada uno de nosotros (herencia sociocultural y experiencia personal) (p. 22). En el momento en el que el estudiante expresa aquello que percibe, la manera personal de significarlo cobra mayor sentido para quien está presente y comprende su marco de referencia, es decir, de la postura de donde emerge y el significado que conlleva. Por ejemplo, para uno de ellos el enojo se manifiesta en una imagen donde existen elementos que lo muestran en unidades pequeñas de significado como los objetos, las posturas corporales, los gestos, los colores y el espacio donde se registra la imagen (encuadre), mientras que, para otros, estos elementos apenas son perceptibles. Sin embargo, sea de una manera o de otra, los elementos de una composición fotográfica son poco comprensibles si no se les dota de un sentido. Si se muestra la imagen de una mujer con el ceño fruncido, las manos que hacen tensión sobre una cabellera larga, la boca totalmente abierta, la iluminación roja y la toma es realizada desde los hombros hasta un poco arriba de la

cabeza, en un registro muy cercano, estos elementos a observar, los recopilamos y les damos un sentido a partir de lo que provoca en nosotros, de esta manera el enojo se canaliza a través de la imagen para expresarlo y liberarlo. Este es un ciclo, donde lo que se siente y piensa, puede encauzarse de manera visual.

Orozco (2007), afirma que los cambios en la manera de percibir, pueden darse por medio del trabajo, por lo que se vive y se aprende, y de esta manera, tener la posibilidad de nuevas experiencias. También, es gracias al diseño de una estrategia didáctica que lleve a la persona a vivir y experimentar algo que le sea significativo, la manera de significar esa vivencia y la reflexión de lo ocurrido, nutren de posibilidades a los estudiantes para significar las imágenes fotográficas. Además, con el paso del tiempo y al experimentar algo similar, el recuerdo de lo vivido podrá servir como referente para comprender nuevas situaciones o imágenes. Orozco (2007), coincide con Rogers en lo que se refiere a la resignificación o simbolización correcta, o sea, la simbolización que es acorde con lo que se experimenta. Para Rogers (1985), “aquel que reconoce que toda percepción y estado consciente es de naturaleza transaccional, que es una construcción que surge de nuestra experiencia pasada y también una hipótesis o prognosis para el futuro (p.28), adquiere un aprendizaje, que si bien, le será de utilidad, también habrá de renovarse con nuevas experiencias y significados.

En el caso del taller de sensibilización, el alumno que conoce lo que es una manzana y la asocia con un momento de su pasado que no fue grato, es muy probable que la rechace en la próxima ocasión en la que tenga contacto con esta fruta, situación que justo se presentó en una de las sesiones, sin embargo, a la hora de cambiar las condiciones del encuentro con la fruta, y gracias a su disposición a saborear, oler y tocar sin ver la fruta, las condiciones cambiaron. Esto es, si el encuentro se da de una manera diferente, provee de nueva información, lo que posibilita que se resignifique el sabor, el olor, la textura, y otras de las cualidades de la manzana, con lo que se genera una nueva experiencia, quedando los referentes anteriores desdibujados y con menor fuerza. Orozco (2007), señala lo anterior como una reestructuración, en sus palabras: “las reestructuraciones se logran por medio del “insight”, comprensión súbita o

discernimiento repentino, que implica una comprensión profunda de la situación bajo un nuevo aspecto que antes no se veía” (p. 22). Por su parte, González (2011), afirma que es posible tener mayor claridad, cuando “cada sensación, cada percepción-interpretación, así como cada emoción o sentimiento que se derive de este proceso, constituye una experiencia, una vivencia que deja un gran aprendizaje cuando se realiza la integración del conocimiento en la conciencia de sí mismo” (p.58). A través de la facilitación bajo el marco del ECP, se busca la conciencia de las expresiones de todo tipo, con el objeto de que puedan representarse e integrarse en el conjunto de las percepciones que la persona tiene de sí misma y el mundo, y de esta manera, al ser menos amenazantes, enriquezcan la percepción y la conciencia, y con ello, la experiencia personal y del mundo.

Rogers (1985), menciona que a medida que se avanza en una intervención que se centra en la persona -y en su entorno-, se logra una toma de conciencia que permite significar las experiencias de manera tal, que enriquecen el acervo personal y se favorecen relaciones interpersonales más constructivas y satisfactorias. Respecto a esto último, agrega:

Según mis hipótesis, en una relación como la que hemos descrito, el individuo reorganizará su personalidad tanto en el nivel consciente como en los estratos más profundos; de esa manera se hallará en condiciones de encarar la vida de modo más constructivo, más inteligente y más sociable a la vez que más satisfactorio (p.43).

Debido a lo anterior, las artes expresivas son un excelente medio para promover el otorgamiento de significado a las experiencias, ya que a través de estas, se facilita la canalización de aquello que no se tiene tan presente o claro, de aquello que se dificulta expresar en el presente, y se resignifican eventos o situaciones que son importantes, así como los estratos emocionales, los sueños y aquello que nos motiva a crecer.

## 2.2.6 La experiencia significativa en las artes expresivas

*“Para mí la fotografía no es mirar, sino sentir. Si no eres capaz de sentir lo que estás mirando, nunca conseguirás que los demás sientan algo al mirar tus fotografías”*

*Don Mc Cullin*

Rogers (1991), relaciona la experiencia con el aprendizaje. Cuando una experiencia tiene significado para la persona, se integra a ella, por lo tanto, no se olvida y puede aplicarse prácticamente en la vida diaria. Este tipo de experiencia siempre implica un contenido afectivo, ya que el ser humano es una unidad indivisible que debe funcionar en forma integral. Según Rogers (1991), lo que hace que una experiencia sea significativa, es el hecho de que incluye los sentimientos, pensamientos, acciones y demás dimensiones personales. Estas experiencias, que son significativas, son promotoras del cambio en una persona, del que puede decirse que es una vivencia y experiencia reveladora e inspiradora. Esta experiencia, hace entonces, que las cosas sean valoradas a partir de una nueva manera de comprenderlas. A lo anterior, agrega Moreno (2002), que “hay que reconocer explícitamente los sentimientos en los procesos de aprendizaje, para recuperar una parte valiosa, hasta ahora negada, de nuestra propia existencia, para enriquecer y potencializar nuestros procesos creativos” (p.72).

Natalie Rogers, hija de Carl Rogers, es la creadora de la propuesta “Artes expresivas centradas en la persona”, justo ella, es quien combina la creatividad con la afectividad. Guadiana (2003), registra las palabras de Natalie: “el termino de artes expresivas significa la utilización de varias formas de arte para expresar los sentimientos internos a través de un medio externo que facilite el crecimiento y la sanación” (pp. 95-96). Esta sanación, la podríamos asociar con lo que Rogers (1964), menciona como el camino hacia la motivación de la creatividad, una búsqueda que también caracteriza a la tendencia actualizante que se encuentra presente en cada individuo, es decir, la tendencia a desarrollarse y madurar para alcanzar las capacidades máximas que posee en sí mismo, lo que se promueve gracias al reconocimiento y significación de las experiencias. En este sentido, Maciel (2010),

asegura que el arte y su significado han cambiado en la era actual o de la tecnología, en donde lo que se genera, en poco tiempo se vuelve obsoleto. Sin embargo, el autor, no deja de destacar, que a través del arte, sea cual sea su manifestación, sea aceptado o rechazado, la persona “libera emociones, proyecta sentimientos, amplía su nivel de conciencia, se da cuenta de lo que siente, lo que vive en el aquí y en el ahora, y emite una respuesta desde su esencia humana” (p.50). Por ello, el arte, la creatividad y la afectividad, van tan de la mano en el proceso de experimentar nuevas formas de percibir lo vivido. Moreno (2002), destaca que los sentimientos están siempre presentes en momentos significativos:

Por lo mismo, más vale atenderlos y reconocerlos para encauzarlos en una dirección constructiva. Si educarnos tiene que ver con aprender a vivir bien, entonces hay que propiciar el desarrollo integral, incluyendo explícitamente la dimensión afectiva, y no atender sólo a la dimensión cognitiva. Y todavía más, si como educadores nos interesa promover el desarrollo de personas creativas y originales, con una identidad propia, entonces atender a los afectos y generar condiciones propicias para su integración (p.73)

En este sentido, lo importante es generar un ambiente que propicie la inspiración, con el fin de que las personas puedan canalizar aquello que no siempre está consciente, o no hay tiempo de expresar a través de la expresión verbal, escrita o en una imagen. Como afirma Galimany (2014), la imagen es un tipo de representación que se asocia a la percepción, a la memoria y recuerdo, a la imaginación y a la alucinación, y de todas podemos considerar que existe una relación estrecha con la imagen. Que puede ser considerada como representación interna, mental, privada y subjetiva, o como objetiva y formal (p.16).

La imagen proveniente, entonces, de una realidad tridimensional, como lo permiten ahora las cámaras digitales, donde el sistema de producción y la inmediatez del registro de la misma, pueden ser un vehículo de acercamiento personal y de expresión clara de lo que brinda sentido al ser humano actual.

## **2.3 La fotografía como expresión de sentido**

Es oportuno ahora, hablar del contexto en el que estamos inmersos actualmente, particularmente, en relación a la recepción o construcción de una imagen fotográfica. Por ello, a continuación, se describe la relación de una imagen con la narración que genera, para expresar aquello que se vive, se vivió o se sueña con vivir. En muchas ocasiones, una cuestión, de nuestros tiempos que son tan visuales, es que lo primero que surge es la imagen, y luego vienen las emociones y sensaciones; pero también puede ser al revés. En este apartado se aborda cómo nos damos cuenta de lo que nos ocurre a partir del contacto con nuestros sentidos, nuestras emociones y la imagen fotográfica.

### **2.3.1 La captura de una imagen en la actualidad**

La imagen tiene el poder de poner en común, de manera directa e inmediata, lo que es perceptible a los ojos y establecer un lazo emocional. Facilita la expresión personal y es un código de conocimiento diferente al verbal, pues emite mensajes emocionales y simbólicos de manera simple y ágil. La fotografía es la herramienta actual más utilizada para crear imágenes. La conexión que establece la persona con su cámara, es algo que, comúnmente, requiere de un proceso de sensibilización perceptiva, de educación visual y de conexión de la percepción, el pensamiento y el corazón. La cámara fotográfica, como mecanismo, tiene la posibilidad, no solo de detectar la luz y marcar su presencia sobre una superficie, sino que gracias a la combinación que hace, puede «describir» y «representar» aquello que genera la recepción de la luz. De esta forma, se combina con otras cualidades: imaginar, recrear y plasmar aquello en una imagen.

La imagen fotográfica deviene en una realidad y se constituye en espacio de resignificación de valores, creencias, saberes y experiencias, particularmente, cuando la persona que realiza el acto de capturar un momento preciso, está consciente del grado de profundidad que puede desarrollar a la hora de contactarse con aquello que



percibe y dota de significado. Esto, fue precisamente, el propósito central del taller; saber qué se expresa de manera consciente o inconsciente, tanto para uno mismo como para los demás, ya que, como Allen lo afirma: “las imágenes proporcionan a las personas un medio de comunicarse entre sí en un plano profundo”. (p. 216).

En el prólogo del *Liber primus* Jung declara que hablará en imágenes porque es de la única manera que puede comunicar lo que se le aparece en las visiones y en sus pensamientos: “Mi lengua es imperfecta. Hablo en imágenes, no porque quiera lucirme con palabras sino por la incapacidad de encontrar aquellas palabras. Pues no puedo pronunciar las palabras de la profundidad de otra manera” (2010: 228).

Ya en su quinta edición presentada por Jung (1942), toma el título con el que se lo conoce hoy, “Sobre la psicología de lo inconsciente”, el autor refiere: “Las imágenes (primitivas) son las formas más antiguas y universales de representación de la humanidad. Son tanto sentimiento como pensamiento; de hecho, son inclusive dueñas de algo así como una vida propia y autónoma” (2007: 78).

En la actualidad, suele predominar la percepción de que la vida es apresurada, dado que, en esta se incluye una gran variedad de dispositivos tecnológicos, los que, ciertamente, tienen avances vertiginosos. Estos artefactos de comunicación a gran escala, se caracterizan por acercar de manera, cada vez más inmediata, a las personas que están físicamente distantes, pero también tienen el agravante de que alejan a las personas que se tienen más cerca, e incluso, alejan a uno mismo de sí, pues son excelentes distractores. También, a partir de la creación y uso más ágil del equipo de captura de imágenes, las llamadas las cámaras digitales, y especialmente desde la incorporación de un dispositivo de captura de imágenes en los teléfonos móviles, se ha generado una transformación muy importante en el campo de la fotografía, tanto en lo social como en su estética. Aún es pronto para apresurar una conclusión, especialmente porque los desarrollos tecnológicos siguen ocurriendo y porque el campo de luchas simbólicas para definir los nuevos límites, códigos y estéticas de la fotografía, sigue abierto. La propuesta que hacemos aquí es una intervención con jóvenes universitarios que son parte de una cultura digital claramente identificable, que se han

convertido en consumidores de imágenes fotográficas instantáneas y fugaces y que se han hecho indispensables en su vida cotidiana, probablemente porque la cámara digital integrada a los teléfonos móviles es una herramienta facilitadora de la inmediatez. La facilidad de tomar fotos rápidas y de realizar imágenes en serie conlleva el detrimento de no detenerse a contemplar el entorno que forma parte de la imagen, que la conforma y constituye, lo que le da sentido, y de esta manera, le asigna también su significatividad.

Es como utilizar una pluma con la finalidad de rellenar un espacio en lugar de utilizarla como medio de conexión y de expresión más significativa, lo que equivale a utilizarla para escribir un poema. El acto de fotografiar significa escribir con luz, por lo que es importante traer a la reflexión, la motivación que se aparea de emocionalidad, y que lleva a crear una conexión personal con aquello que capturó el interés personal, desde la observación, la contemplación, y por consiguiente, una expresión personal se conlleva un mayor sentido para la persona. Por ello, la realización de un taller de sensibilización de los sentidos y de la percepción como punto medular, que propone el contacto íntimo, el diálogo intrapersonal y el interpersonal, a partir del pretexto de fotografiar, y capturar así, un sentimiento por un momento, resulta muy enriquecedor para de un grupo cuyo objetivo es el mismo: expresarse de manera más significativa desde sí mismos. Esto es lo que se promovió desde la facilitación en el marco del Enfoque Centrado en la Persona, además de la generación de un ambiente favorecedor del transcurso secuenciado de sesiones para ayudar al contacto consigo mismos y con los demás, y desde ahí, expresarse de manera más personal y creativa.

El obturador de la cámara fotográfica registra las imágenes en fracciones de segundo, cuestión que antes requería de mayor tiempo, ya que además de la preparación para el registro de la imagen, se tenía que hacer el revelado de la imagen, por lo que, tomar y registraba una imagen, era algo lento, y por lo mismo, propiciaba espacios de espera y encuentros con uno mismo dentro de un cuarto oscuro. Revelar la serie de imágenes implicaba paciencia, calma, y a la vez confianza, ante quien procesaba las películas. Luego, se podía revivir la emoción de haber logrado capturar la

imagen de aquello que se visualizó, reconocer que aquella la toma era única, pues implicaba el reto personal de imaginar y visualizar lo que se quería plasmar, además de correrse el riesgo de ganar o perder la imagen y el tiempo, particularmente por la vulnerabilidad del procedimiento de revelado y de impresión de las imágenes. Ahora, estos encuentros no existen, pues se tiene todo en fracciones de segundo; tanto la acción de la captura de la imagen, como la visualización de la misma, incluso, si no es del gusto de uno se borra, y pareciera que no ha pasado nada: por lo que la fotografía ha dejado de ser un arte y se ha convertido en un procedimiento pragmático y utilitario. El objetivo ahora, es socializar a través del uso de la imagen, lo que simplifica la explicación de un hecho, ya que tomar cuantas imágenes sean necesarias, sin importar si se pierden o si son la réplica de otra imagen. La cuestión de la pérdida o inversión de recursos, tiempo, e incluso, dinero, ya no son factores de vulnerabilidad, pues la cantidad de imágenes que se producen por fracciones de segundo, ahora es infinita.

Las imágenes son pautas reveladoras de la riqueza humana, lo que Allen (2010), dice con las siguientes palabras:

Somos seres holográficos que vivimos múltiples historias. Frecuentemente nos quedamos atrapados en una visión de nuestra personalidad y perdemos la riqueza de nuestra multiplicidad. Con ello perdemos también la flexibilidad, espontaneidad y creatividad. Manifestamos nuestros conflictos internos como bloqueos en nuestra vida exterior (p. 215).

Enfocar y seleccionar aquello que se quiere capturar con la cámara fotográfica fue el sentido del taller, ser un medio o herramienta de búsqueda, exploración y de encuentro personal, cuyo hilo conductor es el darse cuenta de lo que sucede con cada uno al vivir experiencias expresivas y significativas. Stevens (2003), refiere el *darse cuenta* como un reflector; sea lo que fuere sobre lo cual se enfoca la atención, esto aparece claro y nítido; “pero, otras cosas y eventos tienden a desaparecer de su conciencia” (p. 25). En el caso que nos ocupa, seleccionar ciertos elementos delante de la mirilla en la cámara fotográfica, es escoger aquello a lo que se dirige la conciencia,

con lo que se le otorga importancia, y entonces, se vuelve significativo, bien sea por el momento que se está viviendo o frente a los elementos que se atestiguan, se es creador o constructor de una imagen que se torna reveladora.

### **2.3.2 Darse cuenta: proceso revelador del “click”**

Cuando se utiliza la cámara, la visión de la persona que se asoma a través de la mirilla, selecciona el espacio que se quiere registrar en un momento determinado, lo cual es un ejercicio de tomar conciencia del momento presente y de lo que se tiene enfrente, misma cuestión que Stevens (2003), distingue como la zona del darse cuenta o de tomar consciencia del mundo personal. La zona del darse cuenta implica el contacto con el mundo que nos rodea, es el “contacto sensorial actual con objetos y eventos en el presente, lo que veo, palpo, toco escucho, degusto o huelo” (Stevens, 2003, p.20). Ver el paisaje, tocar el pasto descalzo, oler una fogata y escuchar el sonido del río, es estar contemplando lo que hay en el entorno. Si se está consciente, esto se complementa con el darse cuenta del mundo personal, del cual informan los eventos físicos; si hay tensión muscular, sensaciones agradables o desagradables, etc.. Stevens (2003), agrega que estos tipos “de darse cuenta engloban todo lo que puedo saber acerca de la realidad presente como yo la vivencio. Este es el terreno sólido de mi experiencia; son los datos de mi existencia aquí y en el momento que ocurren”. (p. 22). Esta vivencia es lo que llamamos hacer un “click” entre el entorno y lo que sucede a manera de experiencia corporal, al hacer conscientes las sensaciones y emociones que en un momento se experimentan.

Otra posibilidad de hacer contacto, tiene que ver con el darse cuenta de los pensamientos, imágenes u otros procesos cognitivos, incluyéndose la interpretación que se le da a aquello que ya se experimentó o se espera experimentar. Como se aprecia, el darse cuenta, además, incluye la posibilidad de experimentar algo, por lo que gracias a la intervención del factor tiempo, se extiende al pasado (como cuando

se reviven recuerdos), el presente y el futuro. La autora (Stevens, 2003), se refiere a que otra modalidad del *darse cuenta* también tiene que ver con:

imágenes de cosas y de hechos que no existen en la realidad actual presente... el darse cuenta de la fantasía. Esto incluye toda la actividad mental que abarca más allá de lo que transcurre en el presente: todo el explicar, imaginar, adivinar, pensar, planificar, recordar el pasado, anticipar el futuro (p.22)

Este es el punto donde se conjugan la creatividad y el contacto con los sueños, fantasías, cuentos y demás situaciones que constituyen a la dimensión mágica de la expresión artística y la expresión personal por medio del relato en imágenes capturadas desde un entorno existente y tangible. Aquello que alguna vez se vivió, y es, para el sujeto, importante traer al presente, puede ser una motivación que inspire su captura mediante una imagen fotográfica. También lo que se encuentra guardado dentro de los anhelos, sueños, o lo que la persona atesora, mediante la imagen, cobra forma y materia.

### **2.3.3 El relato de la imagen: la narrativa visual.**

La imagen incita al creador de la misma a contar lo que le sucede, a compartirlo. La imagen es un pretexto para narrar una vivencia a partir de lo sucedió durante la captura del instante, y al paso del tiempo, esta imagen se convierte en una evidencia que sintetiza y describe con elementos significativos el contexto, los protagonistas y lo que le sucede, sucedió o sucederá al autor, a partir de este hecho registrado por el dueño del relato. Narrar una experiencia desde el referente de una imagen, es un éxito para el autor, ya que le ofrece un sentido de continuidad y significado a su vida, además de ser un apoyo para ordenar la cotidianidad e interpretar las experiencias presentes y posteriores. Para White (1991), el discurso es importante en las personas, ya que selecciona una parte del total de la experiencia y la ordena, pues “todos los relatos tienen un comienzo (o historia), un medio (o presente) y un fin (o futuro), la

interpretación de los eventos actuales está tan determinada por el pasado como moldeada por el futuro” (p.27).

La fotografía captura un momento preciso, genera un conocimiento producto del encuentro y el contacto con las personas, con el mundo y con nosotros mismos; ese momento preciso es la síntesis de un relato. Las terapeutas del arte, Serrano y Digrandi (2014), afirman que la fotografía

da pie y posibilidad a un despliegue narrativo personal que incorpora la memoria, el proyecto de vida, la emoción y la mirada, (...). Es un medio en el que involucra a la persona en la acción de ser, de crear, narrar y registrar su presencia en el mundo, y que posibilitan una vía para la resignificación de las propias experiencias de vida (p.158).

Esto es, la fotografía es una modalidad de diálogo y se establece una conexión entre el autor, las imágenes producidas por el mismo y la narrativa que surge un tiempo determinado. El hecho de narrar con otros, agrega un plus al proceso, tanto para el autor como por ser testigo, ya que es, mediante este encuentro, que se aportan nuevas dimensiones a lo narrado, enriqueciéndolo de esta manera. El clima afectivo del momento de la narración, también es importante, pues propicia la validación de la experiencia y de las emociones que se producen en el sujeto. Para Destri y Sala (2014), es algo benéfico para el desarrollo y el crecimiento, expresar aquellas experiencias que pudieron haber sido “silenciadas o no comprendidas y juzgadas por los otros. Por esa necesidad de favorecer la continuidad histórica, partimos del pasado para poder hablar y contar por medio de la palabra y las fotos sobre el presente, sueños y proyectos futuros” (p. 232 - 233).

La planeación de las sesiones de la intervención, implicaron una organización que facilitara momentos para la expresión del relato personal. Ello implicó el reto de saber quién hizo y construyó el relato, quien estuvo presente en el hecho, quien pudo capturar en un instante algo no siempre fue perceptible a los ojos de los demás. Como

se puede observar, ello constituye la síntesis de una historia y el inicio o provocación de otra, que puede surgir a partir de quien percibe la imagen, de quien se apropia del relato y descifra el conjunto de signos y señales que se contactan con las experiencias y referentes de quien percibe la imagen. Por ejemplo, la fotógrafa Jo Spence, que ha sido una de las grandes precursoras de la fotografía terapéutica, creaba fotografías con una potencia muy grande, ya que su intención era comprender su vida por medio de la fotografía. Ella sabía de diafragmas y de todos los aspectos técnicos, pero su intención no era hacer buenas fotos, en el sentido de composición o medición de luz, sino lo que buscaba, era sacar lo que llevaba dentro y comprenderse a ella misma.

De acuerdo con White autor del texto: “Medios narrativos para fines terapéuticos” (1991), las personas organizan su experiencia y le dan sentido por medio del relato, y la construcción de estos relatos, expresa aspectos escogidos de la propia experiencia vivida, de lo que se deduce “que estos relatos son constitutivos: modelan las vidas y las relaciones” (p.29).

Dar un “click”, por ejemplo, en la plataforma “Facebook”, es expresar la aceptación de la propuesta y del relato, es estar de acuerdo, sentirse identificado. Es algo que genera recuerdos de la propia experiencia y la conexión con otro que puede apropiarse del relato; compartir y sentirse parte de ese mismo relato, que ahora se vuelve su historia, su discurso, e incluso, se ha convertido en un relato robado, dado que se apropia de la experiencia de otro. Las emociones son un pretexto perfecto para la inspiración de un relato. En el taller de sensibilización, el motor de inspiración de los relatos visuales fueron las emociones, las sensaciones y las reacciones afectivas, gracias a las cuales, los protagonistas hacían “click” o contacto, lo que propició el movimiento en el grupo para generar expresiones más creativas, personales, y por ello, más significativas para cada participante. Podemos así, afirmar que, la fotografía es una herramienta para entrar en contacto con nuestras emociones y también para compartirlas, para conocernos más, un medio que se puede utilizar para facilitar también procesos terapéuticos, educativos,

artísticos y de conocimiento personal, que nos permiten canalizar el encuentro con nuevas formas de crecimiento desde el enfoque rogeriano.



## **CAPÍTULO III. NARRACIÓN DE LA INTERVENCIÓN**

En este capítulo se presenta el registro realizado en cada una de las sesiones, con el objeto de dar cuenta de lo acontecido en éstas. Se incluyen, además, registros acerca del tiempo, el lugar y otros elementos del contexto de la intervención.

### **3.1 Primera sesión. La importancia de la Percepción**

El 22 de agosto dio comienzo la primera sesión a las 11:00 de la mañana, en el contexto del primer día de clases de la asignatura de “Fotografía digital”, cuya duración es de cuatro horas. La primera hora se trabajó en adecuar el salón asignado, ya que las condiciones no eran favorecedoras para el taller; un espacio adecuado para propiciar un ambiente de cercanía y de diálogo. Se utilizó una grabadora, con el objeto de contar con un registro que diera cuenta de lo sucedido, previo consentimiento de los estudiantes. Cuando estos llegaron a la clase, se les pidió que colocaran las sillas en forma de herradura para poder estar libres de mesas y de objetos que pudieran distraer la atención. Les di la bienvenida, y la primera hora de clase, se utilizó para dar detalles técnicos y dar margen a que llegaran aquellos que aún no encontraban el salón. Mientras tanto, también se dio una breve introducción a la sesión, se aclararon cuestiones técnicas para que ellos fueran previendo el hecho de conseguir lo requerido para la clase y para sus producciones en exterior. Luego se tomó el registro de asistencia y les informé de la metodología de trabajo, de las instalaciones en donde se haría el trabajo y los requerimientos para trabajar las sesiones próximas. Tres de los dieciséis alumnos inscritos, no asistieron a la sesión. Luego, les di las indicaciones de la primera parte del trabajo y realizamos una presentación personal para que se fueran integrando como grupo. Se hizo énfasis en la diferencia entre presentar información de cada uno como, su edad, carrera y grado en el que se encontraban, y compartir su interés por haber seleccionado e la clase de “Fotografía Digital”. Les solicité que compartieran más sobre ellos mismos para tener una perspectiva más completa de cada uno. Les comenté, que, al igual, que cuando se tiene la primera impresión de algo, el hecho de que compartieran sus gustos, sus intereses y los retos que considerasen

importantes para ellos en esta materia, darían más elementos para fortalecer dicha impresión. Se hizo énfasis en la importancia de escucharnos todos y de que supieran que trabajaríamos mucho en equipos. Después de que se presentaron, les solicité que leyeran la “Carta de consentimiento informado” y les expliqué el motivo. Luego le dieron lectura al título del taller y se les pidió que compartieran lo que entendían al respecto. Una vez que leyeron y firmaron la carta, les solicité que contestaran un “Cuestionario de antecedentes”, para recabar los datos de cada participante. Mientras tanto, les presenté una serie de 5 fotos realizadas por una alumna del semestre anterior. Luego les pedí cerrar los ojos para que compartieran, con sus palabras, respecto a la serie que observaron. El objetivo de esta sesión inicial fue ir sensibilizando la percepción de los alumnos para que desde la primera sesión fueran conscientes de lo que implica ver, significar y sentir para tener presente su manera de observar y de trabajar en esta clase.

La percepción fue el tema central del trabajo, y esto desde la primera información que tuvieron de los demás al encontrarse por primera vez, el primer acercamiento a la sesión y sus expectativas, para lo que utilicé como apoyo el trabajo fotográfico de una ex alumna. Una vez proyectadas las imágenes, los alumnos fueron compartiendo lo que veían y lo que para ellos significaban las fotos. Nuevamente se les solicitó que las observaran con mayor detenimiento y que atendieran al título: “Nuevas femineidades”. Fue entonces cuando su percepción sobre las imágenes cambió. Comenzaron a expresar su sorpresa, su desconcierto, su confusión ante lo que veían, y en algunos, rechazo por lo que estaban viendo. De esta manera se fueron dando cuenta de lo que les implicaría hacer fotos más sentidas y auténticas. Les comenté que la finalidad de que vieran este trabajo era que, aunque fuera la primer sesión, previeran con tiempo lo que querían hacer para su proyecto final. Les compartí que la autora de estas fotografías se había sentido nerviosa por presentar su proyecto a sus compañeros, ya que era un tema muy polémico y creía que la iban a juzgar por hablar de las formas corporales masculinas tan bien iluminadas y logradas. Pues, las formas que parecían ser mujeres, en realidad eran de tres hombres desnudos, quienes posaron de manera individual. Los alumnos preguntaron el origen de la idea y la motivación para hacer este

proyecto y cómo ella se había sentido. Les comenté que la autora se había sentido liberada, satisfecha y contenta después de haber compartido su trabajo con sus compañeros y al ver el reconocimiento de su esfuerzo por capturar en 5 imágenes, con una narrativa visual de cuestión de género bien plasmada, y sobre todo, con un proyecto tan personal e íntimo, ya que sus compañeros le reconocieron su esfuerzo y dedicación. Y los participantes de este grupo también coincidieron en ello.

Una vez que terminaron de observar y retroalimentar el trabajo e identificar cómo se sentían, algunos compartieron haberse sentido confundidos y otros sorprendidos por las tomas de juegos en color rojo, con una silueta corporal curvilínea que parecía pintura. Otros pidieron volver a observar las imágenes para comprender más la intención de la serie. Se aclararon dudas técnicas y operativas y entregaron sus “Cartas de consentimiento informado” para la participación en el taller. Finalmente, la participación y retroalimentación del grupo fue buena, ya que, tanto sus preguntas como sus comentarios, mostraban interés en aquello que les inquietaba saber. Con esta dinámica, tanto sus observaciones, como su manera de comprender el objetivo de la sesión, dieron pauta para ir conociendo a los participantes y generar el ánimo y motivación desde el primer encuentro.

### **3.2 Segunda sesión. Exploración y explosión de sensaciones y sentimientos**

Para muchos amantes de la imagen, las fotografías no tienen sentido si no transmiten algo de lo que el autor pretende decir y si no se reconoce la sensación de experimentar las imágenes como si las tocaran, ya que aunque la experiencia sea visual, desde el marco de referencia del individuo, le remite a experiencias previas, y esto, refuerza aquello que es percibido en el momento presente. La lógica de la sesión fue por este camino para que los alumnos sintieran las cosas sin verlas y se dieran cuenta de sus reacciones cuando no se utiliza la vista sino el tacto y el olfato.

Las reacciones e interpretaciones en el grupo fueron muy diversas, algunos se dieron cuenta de cómo están ajenos al nuevo conocimiento y se bloquean para recibir nuevos estímulos o nuevas experiencias. Una alumna, por ejemplo, comentó que nunca había probado una guayaba, por lo que cuando la saboreó y lo hizo con calma, ello le permitió asociarla con un momento muy personal, a la vez, otros de sus compañeros también se estaban viviendo similares. Otras reacciones fueron como las de un alumno que no quería llevarse a la boca lo que no veía primero, pues necesitaba estar seguro de que no lo que comía le haría daño. De acuerdo con su marco de referencia, y sus aprendizajes previos, actuó para corroborar el estado de las cosas por medio de la vista y no por medio de otro de sus sentidos. Otro participante, a la hora de solicitarle que le diera la mano a sus compañeros que tenía a su lado compartió que se sintió “sacado de onda” por no estar acostumbrado a tocar durante unos minutos a sus compañeros y que estos fueran hombres.

Así, se fueron presentando diversas reacciones en el grupo, como fue el caso de otra de las estudiantes, quien comentó que sentía la manzana que se iba a comer un poco áspera y preguntó si se había lavado con anterioridad, ya que le daba asco comérsela. La finalidad era que se dieran un rato de calma para vivir la experiencia de saborear con toda su atención lo que estaban probando con el sentido del gusto, lo que llevó, a la mayoría, a sensaciones que tuvieron cuando eran pequeños, ya que entonces, según lo comentaron, así lo hacían, pero ahora, por lo acelerada que resulta su vida, no tienen tiempo para hacer contacto con los estímulos que les rodean y lo que les sucede frente a estos. Y lo más importante, frente a una experiencia previa que fue insatisfactoria, estar dispuestos a experimentar de nuevo, y así, tener otra vivencia que les permita re-significar los aprendizajes previos y continuar creciendo. Por ejemplo, otro joven, al compartir que no comía ni frutas ni verduras, los demás le preguntaron por qué no lo hacía, y él expuso que no lo hacía ya que desde pequeño ha preparado sus alimentos solo, pues sus papás trabajan todo el día y se preparaba su comida con alimentos que tenía siempre en el refrigerador o en el congelador. A la hora de comentar al respecto, también nos compartió que se sintió raro al escuchar que muchos hablaban de los recuerdos de sus abuelas o de su mamá al prepararles su comida.

Esto le hizo darse cuenta de cómo le ha afectado, hasta la fecha, el aprender a estar solo en casa desde chico. Con esta experiencia, el alumno fue descubriendo la importancia de lo que les sucedía y lo que le resulta al sentir, acercarse, oler, tocar y saborear las cosas, justo con la intención de vivir y entonces saberse distinto, con una nueva experiencia. Todo esto con la lógica de darle importancia a su manera de expresarse por medio de la imagen, así sea, cercana, detallada y que visualmente sea una agradable experiencia disfrutar lo que se toma y lo que se expresa con la imagen, y por supuesto, cada forma de experimentar es personal, única, por ello diferente y valiosa.

Antes de finalizar la sesión, “Oscar”, preguntó algo que fue lo que me hizo decidirme por trabajar con este grupo en particular. Él me preguntó: maestra, si por ejemplo, hay una foto que para mí no es tan buena pero que tiene un significado muy especial... profundo y quizá hasta me haga llorar, ¿cómo le hago para transmitir eso al público? ¿Cómo le hago para que los demás sientan lo que yo? A raíz de esta pregunta, se les solicitó este espacio, como un espacio de encuentro con su expresión creativa, para distinguir la diferencia entre una foto técnicamente bien tomada, una foto tomada y una fotografía que tiene todo: emoción, expresión, referentes importantes para todo quien la vea y que exprese algo a los demás.

### **3.3 Tercera sesión. ¿Qué veo y qué me significa?**

Llegué al aula con tiempo para preparar el sonido, una música suave para propiciar un ambiente cómodo y relajado, además de instalar el audio y la cámara para registrar la sesión. Una vez que llegaron todos al salón les solicité que sacaran sus objetos personales para observarlos y compartir sus experiencias con los demás compañeros. Mientras sacaban sus objetos, les pregunté que si alguien podía confirmar las indicaciones para traer sus objetos. “Mar”, una de las participantes, confirmó el mensaje sobre la solicitud. Coloqué música de fondo y cada uno puso su objeto frente a ellos. A los que no trajeron sus objetos les pedí que dibujaran un objeto relacionado con su

infancia, por lo que entonces, se pusieron a dibujar. Curiosamente, los tres que no traían objetos estaban sentados juntos, y eso facilitó la dinámica en el equipo que después integraron. Una vez que sacaron los objetos, se pusieron en parejas y le compartieron a su compañero la razón de la selección de ese objeto y lo que les significaba. Posteriormente, les invité a que compartieran cómo se habían sentido en esta primer parte de trabajo en equipo. Luego les pedí que quien quisiera hablar sobre sus objetos lo hiciera, para reconocer sus aportes. Cada que alguien intervenía, yo les nombraba con la intención de que se fueran identificando por su nombre y confirmar lo que cada uno iba refiriendo; esto también con el propósito de que los alumnos fueran identificándose por sus comentarios y por su forma de ser, de expresarse.

Al terminar la sesión contestaron un cuestionario llamado **“Cuestionario al fin de la sesión 3”**, les agradecí y hablé sobre los detalles del viaje a Tapalpa para practicar técnicas fotográficas. Cada integrante del grupo manifestó que se sentía contento con sus compañeros, más en confianza, y que les sorprendía su apertura personal en una clase de fotografía. La mayoría refirió ir conociendo a todos y expresó sentirse más cercano con su grupo. “Allison” fue quien expresó más sus emociones durante la sesión y compartió su experiencia de sentirse muy exigida en su infancia, al estar entrenando Take Kwon Do y competir. Escribió que le gustó mucho la actividad y reconoció como “muy útil” la sesión para comprender una situación pendiente con el entrenador que tuvo. “Allison” afirmó sentirse inquieta para buscarlo y para platicar con él y así, estar tranquila de aquello que se dio cuenta que aún estaba presente en ella, y que quería demostrarle a su profesor la importancia de sus decisiones y que se sentía orgullosa de estar en donde estaba, ya que no hubiera sido feliz siguiendo en entrenamientos de competencia, cuando ella quería otra cosa para su futuro y para su vida. Compartió también que se sentía más tranquila y orgullosa de ella misma por saber que podía decidir sin que otros decidieran por ella y que supo decidir a tiempo y expresar sus sentimientos con su entrenador. Que ahora quiere seguir haciéndolo y sentirse satisfecha por haber tomado la decisión de retirarse a tiempo. Durante la sesión, su compañero “Ernesto”, se sintió identificado con ella, pues de pequeño, él también entrenaba muy duro futbol, y de igual manera, no quiso seguir haciéndolo

aunque su papá quería que él entrenara profesionalmente. Yo hice notar a “Allison” sus lágrimas y le pedí que le pusiera nombre a lo que sentía en ese momento; reconoció que sentía mucho coraje. Después de esto, “Ernesto” buscó reconfortarla para que se sintiera acompañada por él, y le compartió que sentía lo mismo; el orgullo de tomar sus propias decisiones y defender lo que quiere y es.

El propósito de la sesión se logró, ya que el ambiente que se fue generando, fue gracias a la apertura del grupo para compartir sus objetos y lo que significan para cada uno. Los alumnos se escucharon con respeto y atención frente a sus objetos y sus historias en relación a ellos, se expresaron con apertura, se fueron integrando en el trabajo por equipos y generaron confianza en el grupo. También se sintieron motivados para crear una fotografía con su objeto favorito y en el contexto propicio para darle más sentido.

### **3.4 Cuarta sesión. Autorretrato**

El fin de semana anterior, los alumnos habían tenido una sesión en el estudio de fotografía y se habían tomado fotos en equipos de 5 personas. La idea fue que cada uno pudiera comunicar su idea sobre su manera de percibirse a sí mismo y que para la clase del siguiente viernes, estuvieran listos con el autorretrato que iban a hacer. La mayoría de los alumnos trajo en un USB tres fotografías que les tomaron sus compañeros de equipo, y les pedí que compartieran con los demás su forma de entender y ver a los demás respecto a; la pose, el vestuario, el encuadre, los elementos que les rodeaban, las posturas corporales que forman parte de la imagen y el estado de ánimo que proyectaba el fotografiado. Para ello, también se les pidió que se pusieran en triadas o en pareja, y que una vez que tuvieron sus fotos expuestas en el monitor de su pantalla, cada alumno tomó nota de lo que le iban diciendo, y al mismo tiempo, atendía las cualidades y características que los demás compañeros, lo que percibían en la imagen y lo que significaba para ellos cada objeto o accesorio incluido en la imagen. Enseguida, se integraron en equipos con cuatro compañeros que no habían trabajado, siguieron compartiendo sus fotos, lo que opinaban entre ellos y si se sentían

identificados con lo que los demás decían sobre su forma de ser. Enseguida, de manera grupal compartieron y les pregunté cómo se sentían respecto a las observaciones que se les hicieron.

Esta sesión conllevó el reto de tener bajo control las fotos en la sala de cómputo y que las computadoras funcionaran para poder ver las imágenes de manera inmediata, asimismo, el hecho contar con una videgrabadora cuando falló la grabadora. También fue crucial en esta sesión que hablaran de ellos mismos. Muchos de ellos al mostrar sus fotos y compartir sus experiencias comentaron que en un inicio se sentían un poco incómodos frente a la cámara, ya que no sabían cómo mostrarse a sí mismos sin tener que posar. Este trabajo fue muy revelador para todos, ya que la mayoría se mostró tal cual, incluso se sorprendieron cuando compartieron sus fotos con los demás y descubrieron que sus compañeros, en pocas sesiones, ya podían reconocer las cualidades de los demás. Hablamos sobre lo que era mostrarse ante el otro sin temor, y fue entonces que “Ana” compartió sentirse en confianza y sorprendida, sin saber qué hacer al sentirse vulnerable. Por su parte, “Mar” expresó que nunca se hubiera imaginado que en una clase de una vez por semana, sus compañeros supieran tanto de ella. “Mar” así lo dijo: “en esta clase me siento cómoda, muy cómoda y no sé si eso esté bien o no ya que me puedo expresar como yo soy y me enseñaron a que no puedo ser vulnerable ante los demás, me enseñaron a ser muy fuerte y no me doy permiso de ser vulnerable” (TCS4, Mar, 41- 49). “Rulo” compartió que él se sentía en confianza y que también estaba sorprendido de ver como “Alessandra” reconoció su manera de ser extrovertido y muy reservado, en sus palabras: “y no por tener miedo sino porque me enseñaron a cuidarme de lo que los demás puedan juzgar de mí” (TCS4, Rulo, 59 - 65). Los dos coincidieron experiencia de mostrarse ante sus compañeros y sentirse en confianza para compartirse vulnerables. “Rubén” le comentó a los demás que confiaran en mostrarse vulnerables. En este ambiente se dio un gran respeto entre los participantes y de escucha, estaban contentos y relajados. Es yo les hacía la pregunta ¿qué pasa si no te muestras con tu grupo? ¿qué puedes perder? ¿qué puedes ganar? En el cierre, los participantes comentan que prefieren confiar en el otro como lo hicieron en la sesión al tomarse fotos los unos a los otros y comunicarse lo que necesitaban.



“Rulo” compartió que para él esto era un ejercicio de “capturar” al otro y apoyarlo para proyectar lo que este otro quería decir de sí mismo. Además, compartió que se sintió en confianza y que se daba cuenta que si se aceptaba a él y a los demás podría sentirse cómodo para poder transmitir quien era y que los demás le tomaran su retrato. En este contexto, todos mostraron sus fotos en un clima de confianza. Con este trabajo se dieron cuenta de la importancia de hacer a un lado la técnica para expresar lo que se percibe, que es posible encontrar elementos significativos, y con ello, trabajar con nuevas formas de expresión visual, de creatividad.

### **Quinta sesión. Vida y muerte. Una cuestión de percepción**

En esta ocasión fue difícil que se escucharan los participantes, ya que muchos querían intervenir al mismo tiempo y eso dificultó la escucha atenta. Sin embargo, poco a poco, fueron atendiéndose entre ellos y a sus emociones. Yo procuré estar casi todo el tiempo estar insistiendo en lo que compartían para que ellos se escucharan, particularmente frente a una situación que les hizo sentir frágiles y vulnerables, como es el hecho de abordar la posibilidad de morir.

Por ejemplo, “Allison” comentó: “Estoy contenta, sorprendida y pensativa. Me doy cuenta de las enormes diferencias que tenemos entre nosotros los compañeros de acuerdo a la historia de cada uno de nosotros. ¿Qué logros tengo después de estas sesiones? Ahora puedo ponerle nombre a lo que siento, a ser sensible ante el compañero ante sus comentarios y a aprender a escuchar con mucho más detenimiento”. “Ernesto” dijo: “En cada sesión que tenemos me siento más seguro de mí, de lo que soy y de lo que pienso”. “Mariana”: “Me doy cuenta que mientras más comparto mi forma de pensar más me conozco y me conocen mis compañeros y eso me gusta”. “Gaby”: “No estoy acostumbrada a hablar de la muerte y me doy cuenta que muchos se alteraron al tocar el tema y veo que uno no puede controlar, ni a la muerte, ni a lo que los otros piensen de ella y que lo que si tenemos seguro es la muerte de nuestra vida. Me doy cuenta que hay muchas posibilidades para lidiar con la muerte de los demás y ver cómo pensamos tan diferente cada uno de nosotros”. “Mario”: “Me doy

cuenta de que me siento vivo, que no me quiero morir todavía y estas sesiones me han servido para abrir mi mente cerrada, veo que han sido estos momentos de compartir, importantes y profundos". "Luis": "Creo que estoy un poco pensativo, me estoy imaginando por qué las personas son tan diferentes y veo que cada uno cree en lo que dice de acuerdo a lo que ha vivido y es padre conocer los diferentes puntos de vista". "Santos": "Me siento muy extraño ya que no acostumbro hablar de la muerte y no me gusta hacerlo. Estas sesiones me han ayudado a encontrar cosas que no sabía que tenía dentro de mí y las sesiones me han ayudado a abrirme ante todos". "Rodrigo": "Para mi es importante compartir lo que pienso y veo que es interesante escuchar lo que piensan los demás". "Diego": "Todas las sesiones en las que hemos hablado, me han servido para hablar con libertad me siento escuchado y que aprendo más de mí". "Oscar": "Veo que puedo hablar aún más de mi sentir, y tocar temas que no siempre hablo y entender mis sentimientos ante la muerte. He aprendido a darme cuenta de los sentimientos, a mantener y experimentar sentimientos".

Los temas que se abordaron principalmente fueron: estar o no estar listos para morir en este momento, cuándo querrían morir y por qué, cómo les gustaría partir de este mundo y qué quisieran que sus familiares hicieran cuando murieran, los rituales y creencias religiosas que no les permiten partir, estar tranquilos y acerca de los rituales de otras culturas. También hablaron de la actitud ante la muerte como proceso de despedida de los seres queridos, de la muerte que libera o genera apegos con los que se van, en dónde estarán y cómo estarán después de fallecer y ¿qué significa la tumba a la que le tomé foto, qué dice de mí? Estas temáticas surgieron durante la sesión y varios pasaron de la experiencia de negar a aceptar la propia muerte a reconocer lo que implicaba esta posibilidad. Algunos compartieron no estar listos para cambios tan dramáticos y no querer estarlo y otros compañeros se mostraron en paz por sus actitudes ante lo que son los cambios. También compartieron la importancia de hacer de su muerte, una muerte útil, transformadora y significativa, libre de sufrimientos y de apegos a los familiares, además, expresaron recuerdos respecto a la muerte de algunos seres queridos que se caracterizaron por ser simpáticos y alegres y no de

tristeza y pena. Esta sesión fue una de las más enriquecedoras, ya que fue importante tocar el tema de la vida y la muerte como un proceso de cambio y de percepción.

Al final de la sesión se les aplicó el “Cuestionario final de la sesión 5” y mencionan que compartieron su asombro al ver cómo cada quién reaccionaba ante la muerte de manera diferente y aprendieron de “Ernesto”, el significado que tienen para él estos momentos y de la importancia que tiene que los comparta con su hermano menor. Una de conclusiones de la sesión fue comprender las diferentes maneras de reaccionar ante un hecho y lo que a cada uno le pasa con su cuerpo, con sus emociones, con su mundo interno y con ello simbolizarlo ante una nueva experiencia grupal.

#### **Sexta sesión. ¿Qué tan cerca estoy de mí cuando estoy junto al otro?**

Para esta sesión asistieron sólo 11 alumnos, cuestión que favoreció que el encuentro fuera más cercano y que el acomodo y la retroalimentación grupal entre los compañeros fuera más cercana, lo que propició que la experiencia fuera más intensa. En una de las primeras actividades les solicité que escucharan esta noticia que se transmitió en la radio:

*“la madre de un estudiante tapatío agradece a los policías por haberle entregado el cuerpo de su hijo para entonces poder saber a dónde irle a llevar flores y darle digna sepultura...”* luego con una voz casi de llanto dice: *“para poder saber a dónde irle a llorar”*.

Después de escuchar a la señora, la reportera narra el resto del contexto en donde sucedió, tal como el perfil de policías que lo arrestaron, lo maltrataron y propiciaron su desaparición; caso semejante al de la desaparición de los normalistas de Ayotzinapa.

Una vez que terminan de escuchar la noticia, inmediatamente “Mar” comparte que sintió horrible escuchar esta noticia y que está muy enojada, que se acuerda de la historia de 1968 y no puede dar crédito que se esté repitiendo la amenaza y la

represión en nuestro país. “Allisson” baja su cabeza durante la intervención de “Mar” y comparte que está muy enojada y desconcertada frente a lo que está pasando y que justo hacía dos días acababa de llegar su hermano de la ciudad de México, ya que por el suceso de Ayotzinapa, este no tuvo clases y no sabía cuándo se reanudarían. A raíz de esto, “Alisson” se toca los ojos y se aprecia que contiene sus lágrimas. Yo le pregunto cómo se siente y ella comienza a llorar y a compartir que se siente desconcertada y enojada, es entonces que le pregunto ¿qué es lo que le hace sentir así? Ella comparte su miedo y que siente que ahora, al estar cerca de su hermano, le atemoriza pensar que le podría pasar lo mismo y que ello le genera impotencia. Después de escucharla, le pedí que identificara qué sentía y reconoció su estómago adolorido y dolor en la espalda. En este momento, otra de las alumnas, “Claudia”, quien no había participado en sesiones anteriores, también manifestó su enojo y compartió que se sentía identificada con “Allison”, sobre todo al saber que sus amigos que viven en su ciudad natal, no están teniendo clases, y que por lo mismo, se atrasan, y no le parece que en México estemos pasando por estos momentos tan desagradables y estresantes.

Luego retomo lo que le sucede a “Alicia” y le pido que identifique los dolores que tiene y que ponga sus manos sobre su abdomen; le solicito que respire profundamente. Después, “Allison”, “Mar” y “Alessandra”, expresan una solidaridad que es mutua y refieren que se sienten apoyadas. Enseguida, les pido a los demás que identifiquen cómo están sentados y si saben los nombres de sus compañeros, entonces, varios reconocen que están cerca de los demás en este suceso y que lo que más les conmueve de la noticia que escucharon, es la sensibilidad que tienen sus compañeras ante estos temas. “Oscar” comparte sentirse lejano al asunto y que aprende a ver cómo otros son tan sensibles ante hechos que, él considera, que no puede hacer nada y que por ello se siente distante. “Diego”, que no había participado en las sesiones anteriores, comparte sentirse muy conmovido por verlas a sus compañeras, quienes le conmovieron y que se siente cerca de ellas. Yo le pido que reconozca sus sensaciones, las que ubica con un calor en el pecho, cerca del corazón. Casi al final de la sesión, “Mariana” comparte lo importante que es conocerse a uno mismo y estar más cercano a

lo que pasa alrededor del mundo y en los demás. “Mar” concluye, después de preguntarle respecto a hablar de este tema en una clase de fotografía, que es importante saber acercarse a lo que les pasa a los demás, y con ello trabajar. Yo reafirmo que, sin ir tan lejos, podemos saber quiénes son los compañeros de al lado, y que la indiferencia y la distancia, es puesta por uno mismo. Ella asiente y afirma que es importante estar más presentes con los compañeros, saber su nombre, qué hacen, qué le gusta, y entonces, poder contar historias de lo que se vive de manera más cercana.

El objetivo se logró, ya que el ambiente generado y los aportes que hicieron, favorecieron que los participantes estuvieran más presentes, escucharan y se dieran cuenta qué les sucedía a ellos mismos y a sus compañeros ante la escucha de lo sucedido. De esta manera, el grupo se fue sensibilizando cada vez más ante sus emociones y sus sensaciones corporales, a lo que ayudó la retroalimentación de lo que los compañeros observaron de cada uno. Luego les pregunté que expresaran de la manera más sincera cómo se quedaban ante lo sucedido; algunos reconocieron que se habían sentido identificados, otros que se sintieron ajenos a la noticia, otros que, aunque no le habían dado importancia a esta, no estuvieron ajenos a lo que les sucedía a sus compañeros. Con esto, concluimos la importancia de conectar las experiencias personales y expresarlas con su herramienta, que es la cámara fotográfica.

En esta sesión me pareció necesario hacer notar la indiferencia que había en algunos y lo conmovidos que estaban otros, y dejar clara esa situación, confiando en la sabiduría del grupo para que cada quien reflexionara en sí mismo. Al finalizar, les insistí en trabajar con su proyecto final de fotografía. También resalté la importancia de manifestar cercanía o lejanía con el lenguaje corporal, identificando sensaciones, emociones y posturas corporales.

### **Séptima sesión. ¿Cómo visualizo lo que veo?**

En esta sesión fue notorio que el grupo se manifestaba cansado y apático. Les hice saber esto y comentaron que estaban muy cansados y estresados por las fechas finales de exámenes y entregas. Les solicité que se acomodaran de la manera más cómoda posible, que cerraran sus ojos e identificaran su respiración y su cuerpo. El objetivo de esta sesión era que pudieran visualizar por medio de estímulos lo que sentían de manera corporal y emocional, por lo que les pedí que al escuchar la música, crearan una imagen, le resaltaran los colores y la asociaran con alguna emoción. Después de haber escuchado la música, les solicité que dibujaran la imagen que habían creado e identificaran su sentimiento. Luego, dos alumnas representaron su estrés con colores grises y compartieron estar estresadas por trabajos que tenían que entregar. Otros expresaron emociones como tristeza y alegría, y dos de ellos, dibujaron a personas bailando. La mayoría expresaron que querían hacer fotografías con estas imágenes dibujadas, para lo que se integraron en equipos para trabajar la sesión siguiente. Tenían deseos de trabajar con la cámara y esto se planeó una vez que se retroalimentaron con lo que observaron en cada dibujo.

### **Octava sesión. Dale “Click” a una emoción**

Esta sesión fue planeada con mucha anticipación y después de haber tenido la sesión de retrato con los alumnos, y porque habríamos de incorporar, tanto la producción como el diálogo grupal, en la misma sesión, por lo que el trabajo se extendió a tres horas. Iniciamos media hora antes, ya que fuimos al estudio de fotografía para tener listo el equipo y la iluminación para el trabajo así como tener los tres sets de producción listos, así como el equipo de iluminación.

El trabajo en el estudio es muy peculiar, ya que siempre es un reto, que en poco tiempo, todos los alumnos contacten con las sensaciones y sentimientos e iluminen lo que se va viviendo en el grupo. Aprender que es posible jugar con la creatividad,

divertirse, observarse, seleccionar el encuadre y hacer “click” con lo que el otro va haciendo. Los alumnos trabajaron de manera fluida, no perdieron tiempo en comunicar lo que cada uno quería expresar de manera espontánea. Comprendieron cómo con pocos elementos podían expresar una emoción y establecer confianza entre todos. También pudieron comunicarse claramente en un ambiente de diversión y de trabajo creativo, asimismo, en el grupo se manifestaron ideas con respeto y con la intención de apoyarse mutuamente. En uno de los equipos, uno de los alumnos expresó el duelo con su madre, y de manera espontánea, manifestó que quería ser fotografiado con un fantasma que lo abrazaba. Una de las compañeras, que físicamente se parecía a su mamá, se ofreció a ser su modelo. Rápidamente compartieron la idea, y entonces le expresó lo que quería. Otra de las alumnas, “Mar”, acababa de recibir unas flores de su ex novio y las llevó a la sesión para usarlas como parte de su sesión, en la que expresó el enojo que le tenía. El reto de los tres equipos era que en dos horas, cada uno expresaría la emoción con sus propios recursos y su creatividad, sobre todo porque ya se conocían, por lo que fácilmente detectaron emociones como la ira, la indiferencia, el enojo y el desprecio. Lo mismo sucedió con el equipo “tres”, quienes configuraron una máscara que representaba las luchas; su objetivo era divertirse, salir luchando, y una vez que expresaron su enojo, desprecio, apoyo y tristeza, pasaron a la alegría y la diversión. Estas expresiones creativas se dieron de manera ágil, luego entre todos, guardaron la utilería y el equipo de iluminación, para acudir a la retroalimentación grupal en otra aula. Entonces, cada uno compartió su experiencia y reconoció los avances que había tenido gracias a estas sesiones de expresión de sentimientos, de identificar lo que era una sensación y proyectarla. Supieron qué color utilizar para expresar sus emociones, y de manera interactiva, fueron acomodándose para esperar su turno de modelar, de dirigir y de procesar lo que necesitaban en tiempo y forma. También compartieron lo que veían en cada una de las imágenes y cómo comprendían el valor y el mensaje de cada foto. Al final, expresaron haberse sentido muy contentos de sus logros, tanto en equipo como de manera individual. Todos se aplaudieron y compartieron sentirse orgullosos de sus trabajos y estar satisfechos con la producción y el trabajo corporal y emocional.

## **CAPÍTULO IV. ESTRUCTURA METODOLÓGICA**

En este capítulo se presenta la estructura metodológica que permitió la organización, sistematización y el análisis del material obtenido durante la intervención, con la finalidad de dar cuenta de los resultados obtenidos y su relación con los propósitos y con las preguntas de análisis que se desprendieron de estos.

### **4.1 Proceso de estructuración de datos**

La metodología a la que se recurrió fue la cualitativa, dado que es una forma de ver, de manera teórica y social, las situaciones humanas en el marco de la investigación. Para Gibbs (2012), la metodología cualitativa es;

una forma de observar los datos que están cargados de información importante, datos significativos que han sido registrados en escritos, audios o de manera visual, con herramientas, técnicas e instrumentos en la lógica de observar de forma subjetiva, para luego realizar un análisis sobre la información recabada. (p.14).

A partir de esta metodología, se contó con los recursos del método fenomenológico, particularmente respecto a la importancia de registrar la experiencia, de recuperarla y describirla tal como acontece y la postergación de la interpretación para dar lugar a la descripción. También se usó el método hermenéutico y el de estudio de caso. El método hermenéutico consiste básicamente, en la utilización de la interpretación de las descripciones obtenidas mediante el método fenomenológico, como son las “Transcripciones Completas” y los “Cuestionarios Finales de la Sesión”. El estudio de caso de acuerdo con la definición de Yin (1994) consiste en:

Una investigación empírica que estudia un fenómeno contemporáneo de su contexto de la vida real, especialmente cuando los límites entre el fenómeno contemporáneo de su contexto de la vida real no son claramente evidentes.



(...) Una investigación de estudio de caso trata exitosamente con una situación técnicamente distintiva en la cual hay muchas más variables de interés que datos observacionales; y, como resultado, se basa en múltiples fuentes de evidencia, con datos que deben converger en un estilo de triangulación; y, también como resultado, se beneficia del desarrollo previo de proposiciones teóricas que guían la recolección y el análisis de datos (Yin, 1994 en Yacuzzi, 2012, p. 3)

## **4.2 Organización de información y sus indicadores.**

A lo largo de la intervención se recabó la información con la finalidad de realizar su análisis y sustentar los resultados obtenidos. En la recabación de la información se procuró no perder detalle durante el transcurso de cada sesión con el grupo con el que se trabajó. A continuación se detalla la información, para luego ser interpretada en el Capítulo siguiente. La mayoría de las sesiones fueron audiograbadas o videograbadas. En algunas de las intervenciones se presentaron problemas técnicos en donde la fidelidad del registro, ya fuera de video o de audio, no reunieron la calidad requerida, y por ello, simultáneamente se hicieron los dos registros, por si alguno de ellos fallaba. Con estos registros, el audio se tradujo en texto, registro que se denominó “Transcripción Completa” (TC). Otro de los instrumentos para recabar información se denominó “Cuestionarios de cierre de Sesión” (CCS), en los que, al final de cada sesión, los participantes contestaban sobre su vivencia en la sesión y sus experiencias significativas en relación con las temáticas trabajadas y sus emociones. Además de lo anterior, hubieron sesiones en las que los alumnos realizaron actividades por escrito como: completar su propia “esquela”, dibujar su “objeto preferido”, dibujar el boceto de la imagen de su posible tumba “ o “recinto final” y dibujar con colores significativos en una imagen representativa de lo que sintieron después de escuchar una melodía, y aunque no se realizó el análisis de estos elementos, sí se consideraron para orientar la ruta del trabajo. También, al final de algunas sesiones, fueron registradas tres “Entrevistas individuales” con los alumnos que son parte de los casos seleccionados y que compartieron dudas y situaciones que les sucedieron a lo largo de su participación.

Estas “Entrevistas individuales” fueron audiograbadas y transcritas, con la finalidad de recabar más información respecto a la vivencia de estos tres participantes en el taller. A estos registros se les llamaron “Transcripción de entrevistas de informantes” (En I).

La codificación se generó a partir del material recabado y se referenciaron las fuentes de información de acuerdo a las ocho sesiones realizadas, además de incluir las “Bitácoras personales”, en las que se registraron por escrito, las grabaciones y apuntes tomados después de la experiencia vivida en cada sesión y la recuperación de la experiencia misma.

Para la “Transcripción de entrevistas de informantes”, las “Bitácoras personales”, y la organización de la información, primero fueron cambiados los nombres de los 16 participantes por cuestiones de confidencialidad. Los seudónimos elegidos fueron los siguientes: “Alessandra”, “Allison”, “Mariana”, “Mar”, “Anahí”, “Rulo”, “Chava”, “Karla”, “Mario”, “Ernesto”, “Rodrigo”, “Diego”, “Oscar”, “Claudia”, “Leo” y “Santos”.

A continuación se presenta la Tabla No. 1 donde se registra la información y evidencias reunidas para hacer el análisis y también los códigos asignados.

**Tabla No. 1. “Registro de la información y códigos”**

Sesión (s)	Bitácora de la sesión (B)	Audio grabaciones (AG)	Video grabaciones (VG)	Transcripción completa (TCS)	Cuestionarios de cierre Sesión (CCS)	Transcrip-ción de Entrevistas de seguimiento (EN)	Fotografías
S1	B1	AG1		TCS1	CCS1		F1
S2	B2	AG2	VG2	TCS2	CCS 2		F2
S3	B3	AG3		TCS3	CCS3		F3
S4	B4		VG4	TCS4	CCS 4		F4
S5	B5			TCS5	CCS 5		F5

S6	B6	AG6a	VG6	TCS6	CCS6	EnS6Mar	F6
S7	B7	AG7	VG7	TCS7	CCS 7		F7
S8	B8	AG8	VG8	TCS8	CCS 8	EnS8Rulo	F8

Fuente: elaboración propia

### 4.3 Establecimiento de preguntas de análisis

Una vez que se tuvieron los registros señalados y ya que se seleccionó y organizó el material para su procesamiento, se preparó el análisis, para después, cotejar lo obtenido con las preguntas que fueron el eje del análisis de la información y orientaron los hallazgos o resultados. Estas preguntas están en estrecha relación con el objetivo, el cual pretendió el contacto de las emociones y sensaciones para dotar de sentido las producciones fotográficas y la expresión creativa. A continuación se presentan las dos preguntas formuladas para realizar el análisis de la información y la presentación de los resultados obtenidos.

#### Preguntas de análisis

##### Pregunta central:

¿Los estudiantes contactaron con sus sensaciones y emociones con el objeto de dotar de sentido sus imágenes fotográficas?

##### Preguntas secundarias:

¿Los participantes contactaron con sus emociones y sensaciones, y dado el caso, cómo?

¿El contacto con las emociones y sensaciones favorece que se doten de sentido las imágenes fotográficas?

Estas preguntas orientaron el análisis y la sistematización de la información, de tal manera, que se posibilitara su respuesta y tener claros los alcances de la investigación. En el siguiente Capítulo se muestra o encontrado al respecto.

#### **4.4 Análisis y estructuración de los datos**

Con los recursos del método fenomenológico, particularmente respecto a la importancia de registrar la experiencia, de recuperarla y describirla tal como acontece y la postergación de la interpretación para dar lugar a la descripción, se hizo posible ver y escuchar a cada participante de manera más cercana. De aquí el nexo entre el Enfoque Centrado en la Persona y los métodos fenomenológicos. Ambas propuestas sostienen una de las cuestiones más valiosas; la importancia de vivir la experiencia, de saber y aprender lo que de ésta va surgiendo. De esta manera, la teoría, el consejo y la interpretación se quedan ajenos a las vivencias y referencias de cada participante. Al respecto, Martínez (1998) señala:

El investigador revisará la descripción de los protocolos (relato, escrito, audio y video), primero, con la actitud de revivir la realidad en su situación concreta y, después, con la actitud de reflexionar acerca de la situación vivida para comprender lo que pasa (p. 176).

De acuerdo con el autor, la relación entre las distintas fuentes de información, que dan cuenta de lo sucedido con los participantes, con los recursos para organizar la información, son de suma importancia para analizar, a partir del método fenomenológico. La aplicación del hermenéutico consiste básicamente, en la utilización de la interpretación de las descripciones obtenidas mediante el método fenomenológico, como son las “Transcripciones Completas” y los “Cuestionarios Finales de la Sesión”. Durante estos procesamiento de datos, se revisaron varias veces las narrativas y las afirmaciones que los participantes iban compartiendo sesión tras sesión. Para hacer un análisis que tuviera evidencias de las experiencias significativas respecto al contacto

con emociones y su expresión por medio de imágenes. Para ello, como ya se señala, se tomó como base el método fenomenológico, para comprender el mundo de los individuos que está en constante cambio, dado que éstos lo pueden modificar y le otorgan diversos significados. Si hay información clara en un contexto metodológico bien planteado, los datos encontrados, podrán responder a las preguntas de análisis.

Al tomar como punto de partida la propuesta de Martínez (1989), el material se reunió, para su análisis, en tres etapas: la etapa previa, la descriptiva y la estructural. A su vez, se le dio un orden delimitando a las unidades temáticas que fueron las más relevantes, según su frecuencia. Posteriormente, se asignaron los códigos a cada unidad temática, los que luego se agruparon y se identificaron mediante categorías; estas fueron las claves para realizar el análisis interpretativo. Una vez realizado esto, le dimos cabida al siguiente paso, que fue relacionar el tema central de cada unidad temática con la teoría y luego expresarlos en un lenguaje académico. Una vez que se agruparon estas temáticas por participante, se presentaron de manera sintética en el siguiente “Cuadro de unidades temáticas”. Con lo anterior, se elaboró un cuadro individual de los cuatro participantes que se eligieron para fines de este trabajo, según se indica en el método de estudio de caso.

#### **4.5 Ruta Metodológica**

Los procedimientos metodológicos que se siguieron, acorde con los métodos utilizados fenomenológico, hermenéutico y el estudio de caso, se señalan en la siguiente ruta metodológica:

1. Registro de las audiograbaciones
2. Registro de las videograbaciones
3. Transcripciones del material recabado
4. Identificación de unidades de análisis
5. Selección de temáticas relevantes

6. Establecimiento de categorías que fueron tres: a) Contacto de emociones y sensaciones, b) Asignación de sentido y c) Expresión creativa
7. Procedimiento de interpretación hermenéutica de lo que fue sucediendo y el significado que se le dio a lo vivido.
8. Procedimientos de síntesis que nos permiten comparar y organizar los resultados obtenidos.

Como se puede observar, esta es una secuencia que nos dio un orden con el objeto de lograr los hallazgos de la intervención que se presentan en el próximo capítulo.

## CAPÍTULO V. ALCANCES DE LA INTERVENCIÓN

*“Ve despacio. No tengas prisa.  
Adonde tienes que ir es a ti mismo”*  
Gandhi

En este capítulo se presentan los alcances del trabajo, de manera particular de tres de los 16 participantes de la clase de “Fotografía digital”. El criterio para la selección de los tres alumnos a los que se les dio seguimiento, fue basado en los registros obtenidos de los mismos; de dos de ellos, las evidencias de su desempeño fueron abundantes y claras y otro de ellos, con el objeto de averiguar qué sucedió pues su desempeño fue inestable. A continuación se presentan los registros que evidencian los cambios alcanzados por los participantes elegidos, donde se muestra el proceso individual de cada uno, además se relaciona lo encontrado con las preguntas de análisis para ver si se logra dar respuesta a las mismas. La manera de organizar el material es atendiendo a las categorías encontradas, mismas que se colocan a manera de subtítulos. El proceso de cada uno de los casos se registró en las “Tablas de los perfiles de los participantes”. Cada tabla está dividida en cuatro columnas; en la primer columna se muestra su perfil como alumno, los elementos que compartió las primeras sesiones, además de sus expectativas, objetivos e inquietudes. En otras sesiones fueron reconociendo sus recursos y estos se muestran en la segunda columna y en las siguientes dos columnas se muestran los procesos significativos que le dieron sentido a su trabajo con emociones, y por último, los alcances que cada uno tuvo. La Tabla “A” y la Tabla “B” corresponden a “Allison” y “Mar” sucesivamente, cuyo perfil correspondió a lo buscado en el taller, es decir, compartieron experiencias significativas y el material producido que fue congruente con su proceso creativo. Enseguida se presenta el registro de la Tabla “C” perteneciente a “Rulo”, quien, a pesar de estar ausente en varias sesiones, logra tener un avance de manera significativa. A continuación se presentan los resultados de cada uno, atendiendo a lo señalado por el método de caso.

## 5.1 El proceso de “Allison”

“Allison” es la alumna que dentro de su grupo trabajó con mucho entusiasmo desde el primer día de clases y fue pieza fundamental durante las sesiones de la clase de “Fotografía digital”. Ello se debió a su activa participación, su apertura a experimentar sensaciones y a compartirlas con el grupo, así como sus ganas de aprender; todo esto favoreció para que su aprendizaje fuera significativo y que ello también beneficiara al grupo. Durante las sesiones, ella compartió situaciones que la llevaron a darse cuenta de ciertos asuntos no concluidos, pero también de un crecimiento personal, y sobretodo, al contactar de manera relativamente fácil con sus emociones y sensaciones, pudo expresar desde sí, su pensar y su sentir, y ampliar el conocimiento de ella misma y de sus expectativas no sólo de la clase, sino su forma de entender su mundo y el mundo de los demás, lo que fue compartiendo a lo largo de las sesiones.

“Allison” estaba por concluir una licenciatura y tenía 22 años cuando llegó a la clase. El primer día nos compartió que había pedido permiso en su trabajo para poder tomar la clase en el horario establecido y que eso la hacía sentir muy contenta y entusiasmada. A lo largo de las sesiones compartió sus recursos, sus expectativas y lo que le era significativo, lo que da cuenta de sus logros y su trabajo. El registro de esto se muestra la siguiente Tabla.



**“Tabla 1 A”. El proceso de “Allison”**

<b>Perfil: “Allison”</b>			
<b>Situación Inicial</b>	<b>Recursos</b>	<b>Proceso significativo</b>	<b>Logros</b>
<b>*22 Años</b>  <b>*Trabaja y estudia</b>  <b>*Cursa último semestre de su licenciatura</b>  <b>*Quiere aprender la técnica fotográfica.</b>  <b>*Quiere aprovechar su creatividad por medio de la fotografía.</b>  <b>*Un nivel alto de auto exigencia</b>  <b>* Necesita tener claridad para poder visualizar lo que quiere expresar con la imagen.</b>	<b>*Apertura a nuevas experiencias</b>  <b>*Extrovertida</b>  <b>*Líder</b>  <b>*Emprendedora</b>  <b>*Respetuosa de los procesos y emociones de los demás.</b>  <b>*Segura de sí misma</b>  <b>*Optimista</b>  <b>*Dedicada</b>  <b>*Responsable</b>  <b>*Divertida</b>  <b>*Trabajadora</b>  <b>*Líder</b>	<b>*Reconocer sus emociones y sensaciones.</b>  <b>*Mayor, disponibilidad para dejarse sentir corporalmente al estar/interactuar con el grupo.</b>  <b>*Darse cuenta que tiene ciclos emocionales no cerrados.</b>  <b>*Sentirse acompañada y respetada por el grupo.</b>  <b>*Sentirse en un clima de confianza con su grupo.</b>	<b>*Comunicar y reconocer sus emociones y sus sensaciones a través de sus cinco sentidos.</b>  <b>*Congruencia con lo que quiere y piensa al hacer consciente lo valioso de su proceso creativo y de sus logros.</b>  <b>*Mayor claridad ante lo que siente y para cerrar ciclos inconclusos y para planear lo que espera lograr en su vida.</b>  <b>*Lograr imágenes desde sí misma, comunicar con mayor claridad lo que quiere y necesita y plasmarlo en sus imágenes, transmitirlo a los demás mediante sus fotografías.</b>

Fuente: elaboración propia

Como se puede observar en la “Tabla A”, “Allison” reporta que quiere aprender acerca de la técnica en fotografía, es decir, no contempla la posibilidad de realizar un conocimiento acerca de sí misma, ni respecto a la manera en la que se posiciona para expresar lo que percibe o vive. Tampoco tenía la expectativa, ni el conocimiento, de que es el contacto con a las sensaciones y las emociones, lo que influye, en buena medida, en el desarrollo en cuanto a la fotografía que ella quería. Sin embargo, al finalizar el trabajo propuesto para la asignatura de “Fotografía digital”, “Allison” reporta que reconoce y comunica sus emociones y sus sensaciones a través de sus sentidos, lo que denota una respuesta afirmativa a la pregunta de análisis que se planteó; en la que corrobora, mediante su experiencia, que el contacto con las emociones y sensaciones favorece la posibilidad de dotar de sentido sus imágenes y fotografías.

Además de lo anterior, “Allison” extiende sus experiencias significativas más allá de la toma de fotografías a otros aspectos de su vida, ya que menciona que quiere también abordar algunos asuntos personales, pues los reconoce como pendientes, también establece nuevas metas y se da cuenta de la importancia de su sensibilidad y capacidad de abordar cuestiones personales, tanto de manera personal como en grupo.

A continuación se muestran, en la “Tabla 1 B”, las sesiones en las que “Allison” reporta haber tenido experiencias que favorecieron el contacto con sus sensaciones, con sus emociones, y con ello, expresar su sentir de manera clara para construir sus imágenes y fotografías, o viceversa; que a partir de ciertas imágenes, pudo contactar con sus emociones para generar imágenes significativas. Asimismo, lo registrado en esa tabla, permitió esbozar ciertas respuestas a una de las preguntas secundarias de análisis en la que cuestiona si establece contacto con sus emociones y sensaciones.

**“Tabla 1 B”. El proceso significativo de “Allison”**

<b>“Allison”</b>		
<b>Proceso de la sesión</b>	<b>Proceso significativo</b>	<b>Logros</b>
<b>Sesión 2</b> <b>Sensación sentida, contacto corporal, sensaciones y emociones</b>  <b>Dinámica 1:</b> <b>Tocar frutas y verduras con los ojos cerrados. Saborear una fruta.</b>  <b>Dinámica 2: Explosión de emociones.</b> <b>Tomar fotos de globos con agua y globos con harina. Sentir en el cuerpo el factor sorpresa de la emoción y sensación.</b>	*Disponibilidad para sentir corporalmente al estar/interactuar con su grupo.	*Comunicar y reconocer emociones y sensaciones a través de los sentidos.  *Visualizar con claridad lo que siente y lo proyecta por medio de imágenes.

<b>Sesión 3</b> <b>Percepción y significación, objetos, autorretrato.</b>  <b>Dinámica:</b> <b>Dibuja su objeto significativo con el que se siente identificada y la representa. Compartir sus recuerdos y emociones al respecto.</b>	*Dar cuenta que tiene situaciones emocionales no cerradas.  *Sentirse acompañada y respetada por el grupo	* Mayor claridad ante lo que siente y quiere trabajar para cerrar ciclos inconclusos y para planear lo que espera lograr en su vida. * Expresar emociones e identificarlas. "Reconocerlas y nombrarlas".
<b>Sesión 5</b> <b>La muerte. Visualizar desde la realidad.</b>  <b>Dinámica 1:</b> <b>Completar su esquila pensando cómo quisiera que fuera escrita.</b>  <b>Dinámica 2:</b> <b>Dibujar su espacio final (si fuese una tumba o la opción que quisieran) Compartir sus pensamientos y emociones al respecto.</b>	*Congruencia con lo que quiere y piensa.	*Visualizar situaciones que le hacen valorar lo que tiene, lo que ha logrado y las metas que quiere alcanzar a nivel familiar y profesional.  * Plasmar imágenes más claras, más auténticas y compartir con los demás.

Fuente: elaboración propia

En la "Tabla 1 B". Se muestra la disposición de "Allison" para participar en las sesiones en las cuales contacta con sus emociones y sensaciones que le permiten obtener imágenes más significativas. Cabe mencionar que en el transcurso de las sesiones su trabajo se fue enriqueciendo, sin embargo, particularmente, en estas sesiones, es que ella contacta con sus emociones y sensaciones con mayor amplitud, lo que también contribuyó al desarrollo de sus compañeros, puesto que al compartir sus experiencias con los demás, sentirse escuchada y escucharse ella misma, le permitieron darse cuenta de lo que le pasaba y no había reconocido, entre esto, algunos ciclos inconclusos y para planear los logros que busca alcanzar, cuestiones que van más allá de realizar tomas fotográficas o adquirir conocimientos sólo técnicos y operativos de una cámara fotográfica. A continuación se da referencia a sus experiencias significativas por medio de tres categorías:

- 1.-Contacto con emociones y sensaciones,
- 2.-Dotar de sentido a la experiencia vivida
- 3.-Expresión creativa por medio de la creación de imágenes y fotografías.

**“Allison”. Experiencias significativas. Partir de sensaciones y emociones.**

Respecto a la categoría de análisis de “experiencias significativas”, encontramos que “Allison” participó en todas las sesiones de manera activa, compartía sus experiencias –por ejemplo, lo que le causaba saborear con los ojos cerrados-, con iniciativa, estar motivada a expresar, compartir, y sobre todo, a conocerse más. Si partimos de las sesiones, que para ella y para todos los alumnos, reportaron como más significativas, esta fue la segunda sesión. En esta sesión, los alumnos trabajaron con sus sensaciones y con sus emociones; era un momento importante para comenzar a identificar sensaciones en su cuerpo y contactarse con ellos mismos. Y justo en esta sesión, el objetivo fue que los alumnos vivieran el factor sorpresa, que estuvieran abiertos a percibir sensaciones mediante un estímulo ajeno a su cuerpo, como en este caso, fue tocar sin ver y saborear sin saber qué comían, reventar un globo, sin saber en qué momento, ni cómo les caería el agua, y expresar con ello una emoción. Simultáneamente estarían registrando el momento con la cámara y con la técnica.

“Allison”, en esta sesión, vivió las dos experiencias, y en la dinámica de “Los globos”, a pesar de estar ansiosa ante la nueva experiencia, fue quien se ofreció de voluntaria para ser la modelo de sus compañeros. Ella menciona en esta experiencia: “Conectar con mis emociones más profundas me gustó y lo disfruté mucho cuando... emociones por ejemplo de coraje cuando me dijeron que aventara el globo al suelo, de verdad que pensé en una persona en específico para poder plasmar mi sentimiento en mi cara y en mi cuerpo. Creo que lo logré y eso me hace sentir muy contenta y satisfecha con esta experiencia” (B2: Allison 316-322, 12 Sept, 2014). En esta

experiencia contactó con sus sensaciones, sentimientos, recuerdos, y a la vez, la iniciativa de “Allison” para mostrar solidaridad con sus compañeros, para ayudarles, desde su vivencia, a expresar lo que ellos iban solicitándole que hiciera, asumiendo así, el rol de modelo. Ella, casi al finalizar la sesión compartió su vivencia: “Cuando se reventó el primer globo con agua sobre mí cabeza sentí rico pero sentí muy frío y al ver la foto de ese momento sonreí, porque así me imaginé que fue mi cara. Recordé mi infancia, recordé lo mucho que me gustaba sentir el agua desde que era pequeña, me vino a la mente la imagen de mis hermanos, primos y yo llenando globos y jugando hasta el cansancio. Este detalle me ayudó a recordar que tuve una infancia hermosa, que no me faltó nada para ser una niña feliz. Es maravilloso y a la vez complicado la diversidad de percepciones que cada quién tenemos, lo que cada quién tenemos en la cabeza y lo que queremos plasmar. Me di cuenta que para mis compañeros les era muy complicado comunicar exactamente qué postura o cara querían que hiciera para que *su* fotografía saliera bien y eso me ayudó a concentrarme mis sensaciones, en mi piel, en mi cara, en el aire y en mi emoción de sentirme sorprendida y a la vez alegre (B2 Allison 273-284, 12 Sep, 2014).

Como se puede ver, “Allison” le da sentido a lo que hace y manifiesta su interés por ayudar a sus compañeros, y a la vez, vivir la experiencia desde el contacto con sus sentidos y estar atenta a sus sensaciones. En las sesiones siguientes, se sostuvo este propósito; abordar sus experiencias personales y plasmarlas en imágenes y fotografías, con aquello sobre lo que quieren comunicar a partir de sentimientos recién vividos o ya experimentados.

### **“Allison”. Dotar de sentido. El Reconocimiento de emociones y sensaciones.**

En el desarrollo de este apartado, se da continuidad al proceso de “Allison”, y al mismo tiempo, se toma como eje del desarrollo la categoría “dotar de sentido”, con el objeto de dar cuenta de los logros conseguidos por esta participante.

En la tercera sesión, el objetivo era hablar de sí mismos y darle más significado a lo que observaban, es decir, distinguir lo que consideraban valioso, y así, reconocer el sentido que le daban a aquello. Para ello, en esta sesión, se les pidió que llevaran un objeto que tuviera relación con ellos mismos, mismo que fueron presentándolo al grupo, y así, fueran conociéndose más. “Allison”, dibujó su traje de karate y lo compartió con el grupo, al hacerlo, expresó, junto con sus lágrimas, su coraje; un coraje que era reconocido por ella misma. También expresó que valoraba lo que aprendió durante varios años de esfuerzo en esta disciplina, por lo que, lo que comenzó con lágrimas y compartió con sus manos en forma de puño, también fue una historia llena de esfuerzo que recuerda con cariño. De manera particular, lo que le significó alcanzar el grado de cinta negra, también reconoció haber logrado muchas metas, pero no haber sido comprendida por su entrenador. El grupo la escuchó y la retroalimentó. Esto lo compartió después de “Ernesto”, minutos antes, había compartido haber sido seleccionado de fútbol cuando era pequeño y que dejó este deporte. “Allison” expresa su afinidad con “Ernesto”, quien le pregunta acerca de su coraje. En esa sesión abordamos también cuáles eran sus sensaciones y su expresión corporal, que reconociera sus lágrimas y sus manos, y con ello, conectara con ese coraje, para que partiendo de esa emoción, generara una escena en donde ella viera de nuevo a su entrenador. Y entonces, al preguntarle, qué le diría, ella afirmó: “Me dieron ganas de un día hablar con mi sensei y contarle así de oye pues mira no fui campeona mundial de karate, pero soy una buena profesionista, tengo un buen trabajo, disfruto lo que hago” (Allison, TGS3, 19/09/14, 890-901). Ella fue dando las razones de por qué no se sentía identificada con su entrenador y con ello descubre qué es lo que la tenía con coraje, de esta manera, reconoce que “todavía tengo ese episodio pendiente como que quedó como inconcluso con el karate pues. Es como pensar en perdonar y nos damos la

mano, decir fuiste algo padrísimo pero ya se fue, me gustaría como concluir eso” (Allison, TGS3, 19/09/14, 904-913). Enseguida, al pedirle que pusiera en palabras lo que necesitaba concluir, ella expresó: “podría ya decirle a mi entrenador, mira he hecho lo que quería lo que era mi sueño , en diciembre ya me gradúo de mi carrera, o sea mira esto... (muestra una imagen de ella con una imagen de un birrete en su cabeza) ¿no? Y estoy orgullosa de lograrlo”. (Allison, TGS3, 19/09/14, 849-854). Por su parte, “Ernesto” y “Mario”, sus compañeros, le hicieron ver lo valioso del trabajo que ahora tenía y el nivel que ha alcanzado en la empresa en la que labora, en particular, “Ernesto” le comparte su manera de cerrar el ciclo frente a algo que le apasionó y que le dio mucho crecimiento, y cómo ahora, es sólo parte de su historia, algo que lo ha hecho crecer y ser lo que es hoy. “Allison” lo escucha y se siente identificada.

“Allison”, en esta sesión, se dio cuenta de lo que obtuvo al generar imágenes, compartirse y contactar con sus sensaciones, identificar sus lágrimas, su garganta atorada y luego la emoción y ponerle palabras. Reconoce: “Me gustó recordar y conectarme con mi corazón. Descubrí que hay cosas inconclusas que necesito cerrar para estar bien” (Allison, BI3, 19/09/15, 164 -166). En ese ir y venir de compartirse en grupo, también se reconoció valiosa, se dio cuenta de la atención y respeto que tuvo de su grupo; “Es sorprendente como todos somos historias, lo que escucho y veo de los demás me mueven cosas a mí” (Allison, BI3, 19/09/15, 189 -190). La dinámica grupal fue otro de los aprendizajes que ella reconoce al sentirse acompañada y en confianza, lo que compartieron los demás miembros del grupo y para muchos fue muy significativo para ir generando lazos entre ellos.

### **“Allison”. Dar sentido a lo que siente y expresarlo de manera creativa. Visualizar, mirar a futuro**

En esta etapa de sensibilización de la intervención, dos de las participantes se vivieron con claridad a la hora de comenzar a generar imágenes que les fueran inspiradas a partir de contactar con sus emociones. Una de ellas fue “Mar”, de la que hablaremos más adelante. “Allison” también compartió las experiencias que le eran

significativas. En dos sesiones abordamos la importancia de visualizar para significar algo en concreto, y así, comenzar a ver e imaginar. La indicación fue que se imaginaran cómo planearían su momento final, cómo lo expresarían y cómo se sentían ante ello. La intención, fue propiciar un momento inesperado y que expresaran su sentir mediante una serie de frases que hablan sobre su propia esquela. Una vez que terminaron de completarlas, compartieron su experiencia al haber ido al panteón de Mezquitán y de tomar una foto que expresara lo que podría ser su espacio final terrenal.

Para algunos alumnos, redactar como sería su esquela fue muy confrontante, incluso, algunos de ellos evadieron el tema y comenzaron a bromear, a sentir temor y desconcierto, pero también les representó la posibilidad de dotar de significado sus logros, temores y sueños, tanto logrados como inconclusos, y por supuesto, sus expresiones creativas. “Allison”, lo que hizo, fue observar, describió su esquela y se refirió a la muerte como un tema universal y a las emociones que le genera. También comparte: “Me gustó mucho la dinámica de ir al panteón buscar un espacio que se asemejara a lo que para mí es mi destino final y después hacer la esquela, me hizo pensar en mi vida, mi familia, lo que he hecho, en lo que no he hecho y me gustaría hacer y qué es lo que me falta hacer para que se cumpla. Me gustó pensar en cómo sería mi vida con mi esposo, hijos e incluso nietos y me di cuenta de algo bastante fuerte: me gustaría irme primero de este mundo antes que mis futuros hijos y esposo porque me cuesta trabajo pensar en el sufrimiento que me causaría si fuera al revés” (B5 Allison,134-136, 17 Oct 2014). Luego habla de su temor y reconoce que no quiere sufrir: “O sea, si Dios por ejemplo, o lo que sea, me dijera "a ver ¿a quién me llevo primero?", "pues a mí", o sea yo prefiero evitarme como esa parte porque a mí me cuesta mucho desapegarme de las personas sobre todo, el desapego para mí es muy complicado. Entonces el pensar que son como MIS hijos, Mi esposo, Mi... hñjole, sobre todo mi esposo, sería "prefiero irme yo primero". Lo siento pero... no soportaría, sería como muy doloroso (Allison, TCS5, 17/10/14, 505-511). Después de identificar la emoción de miedo, al elegir una imagen que la hiciera sentirse libre, elige un árbol, en donde, en lugar de sentir temor, pasa a pensar en algo constructivo y útil para sentir paz. Ella visualiza y expresa lo siguiente: “A mí me encantaría convertirme en un árbol,



o sea, la idea de pensar que... y de preferencia que fuera lejos de... o sea que fuera en un bosque o en un parque lejos de mi familia. O sea que yo cuando ya me convirtiera en un árbol así chido grande, o sea que alguien llegara a la sombra de ahí. O sea el hecho de pensarlo me hace sonreír, o sea tal cual reintegrarme y pues como servir de algo pues, tal cual. Y que pues no sé, nadie va a saber que ese árbol estaba mezclado ahí con mis cenizas o algo así, pero no sé, el hecho de pensar eso que le decía a Óscar eso, se escuchará muy científico pero un árbol que sirva de algo, un árbol que de verdad su intercambio de gases que haga de verdad sea bueno, y de oxígeno, y dé buena sombra o no sé, a mí el hecho de pensarlo se me hace bueno. El hecho de pensarlo así se me hace muy chido pues, como también esa parte como de otra vez como el espíritu, es como *eres libre otra vez o sea, reintégrate a la tierra y florece* (B5 “Allison”, 947-958, 17 Oct 2014). Después de que ella compartió esto, sus compañeros, coincidieron en la idea de una muerte libre, con tranquilidad, alegría, libre de creencias cargadas de sufrimiento, de Cristos sufrientes o de apegos para los familiares que se quedan. Para ella, lo importante era tener una muerte útil, transformadora y significativa, y el deseo de que los que se quedan, tuvieran recuerdos alegres y no de tristeza. Sin embargo, otros compañeros manifestaron no estar listos ante cambios tan dramáticos, y no querer estarlo, en tanto que otros se mostraron tranquilos ante los cambios. Al escuchar a sus compañeros, el resto también compartió situaciones de este tipo que fueron canalizadas en imágenes fotográficas, lo que redituó en imágenes más personales. Con ello, se abrió la posibilidad de dar respuesta a una de las preguntas de análisis en donde el contacto con las emociones y sensaciones favorece que se doten de sentido las imágenes y fotografías.

A lo largo del trabajo, “Allison” manifestó, durante diversas sesiones, haberse sentido muy satisfecha, y también, al evaluar el trabajo a la mitad de las sesiones, expresó lo siguiente: “Me doy cuenta que hay compañeros que se conectan profundo con ellos mismos como “Mar”, y eso está padrísimo ... a mi me ha ayudado a identificar momentos, situaciones, deseos y sueños que después me gustaría trabajar y expresar por medio de imágenes, por medio de la fotografía (“Allison”, BIS6, 24/10/14, 147-150). Asimismo, al final de la última clase ella comparte en el grupo sus logros de la manera

siguiente: “Ahora mi manera de expresarme con imágenes la relaciono con mayor conciencia en todo lo que hago, escucho, veo, huelo, pruebo, leo, el contacto con las personas y seres vivos hay sensaciones que se pueden proyectar perfectamente en una fotografía y ahí entra la sensibilidad de cada quién de lograr hacer sentir al otro lo que deseamos o por lo menos causarle “algo” al ver la fotografía. Estar siempre atenta a lo que pasa a mí alrededor porque en cualquier momento me puedo encontrar con cosas maravillosas, significativas y útiles. Además aprendí que la fotografía no es algo aislado o algo que se usa solo cuando vamos de viaje, de vacaciones o en los cumpleaños sino que puede siempre estar presente y fusionarse con cualquier profesión (Allison, TCS8, 28/11/14, 833-847).

“Allison” es la alumna cuyo trabajo fue muy completo a lo largo de las clases, ya que estableció contacto con sus emociones, dotaba de sentido lo que le sucedía, y al final de las sesiones, lograba expresarse de manera creativa por medio de sus imágenes. Por ello, mediante el seguimiento de su caso, se encuentran algunas respuestas a la pregunta central, respecto a si se logró el contacto con las sensaciones y emociones, y con ello, se dota de sentido las imágenes fotográficas.

La siguiente participante a la que se le dio seguimiento es “Mar”, quien asistió también a todas las sesiones y fue otro caso que muestra evidencias de sus logros y de su trabajo, así como su dedicación y esfuerzo.

## **5.2 El Proceso de “Mar”**

“Mar” es estudiante de los últimos semestres de su licenciatura. En la “Tabla 2 A”, se muestra su inquietud por la fotografía y también para abordar asuntos personales y no sólo aprender respecto a la parte técnica de la fotografía, sino llevar la producción fotográfica a un medio de expresión de la creatividad. Se muestran también los recursos con los que cuenta, sus expectativas y lo que le resultó significativo, mismos que dan cuenta finalmente de sus logros en el trabajo.

**“Tabla 2 A”. Proceso de “Mar”**

<b>Perfil: “Mar”</b>			
<b>Situación Inicial</b>	<b>Recursos</b>	<b>Proceso significativo</b>	<b>Logros</b>
<b>*21 Años</b>  <b>*Cursa Octavo semestre de licenciatura</b>  <b>*Quiere aprender más de fotografía.</b>  <b>*Quiere aprovechar su creatividad por medio de la fotografía en viajes, en el contacto con niños y con las cosas.</b>  <b>*Necesita tener claridad para poder visualizar lo que quiere expresar con la imagen.</b>	*Apertura a nuevas experiencias  *Extrovertida  *Emprendedora  *Optimista  *Responsable  *Trabajadora  *Comprometida con su producción.	*Reconocer sus emociones y sensaciones.  *Ser más empática, disponibilidad para dejarse sentir lo que vaya sintiendo corporalmente al estar/interactuar con su grupo.  *Sentirse acompañada y respetada por el grupo.  *Sentirse en un clima de confianza con su grupo y con su equipo de trabajo.	*Comunica y reconoce sus emociones y sus sensaciones.  *Mayor claridad ante lo que siente y quiere, combina la técnica y la estética fotográfica.  *Aborda con mayor precisión sus producciones y muestra confianza en el equipo con respeto.  *Realiza imágenes más personales, comunica con más claridad lo que quiere y necesita lograr con sus imágenes, para que sean claras y creativas.

Fuente: elaboración propia

Como se observa en la “Tabla B”, “Mar” reporta que quiere aprender más acerca de la técnica en fotografía, sin embargo, no contempla la posibilidad de realizar un reconocimiento de sus recursos, ni sobre la manera en de expresar lo que percibe o vive, ya que comparte, haber tenido experiencias previas al ingreso de la clase y hasta haber ganado un concurso interno de fotografía en la Universidad. Sin embargo, se da cuenta de la influencia que tiene el contacto con las sensaciones y las emociones, para lograr el desarrollo en cuanto a la fotografía, de manera más personal, que es como ella quiere. Al finalizar el trabajo propuesto para la asignatura de “Fotografía digital”, “Mar” reporta que reconoce y comunica sus emociones y sensaciones con mayor claridad, además de que percibe con mayor claridad su experiencia a través de sus sentidos y lo que le sucede ante la reacción de sus compañeros. Con lo que ella reporta y lo que entendemos, podemos ver algunas respuestas a la pregunta de análisis que se planteó; que el contacto con las emociones y sensaciones favorece la posibilidad de dotar de sentido las imágenes y fotografías.

A continuación, en la “Tabla 2 B” se señalan las sesiones, en las que ella expresó que le fueron más significativas y enseguida la interpretación que se hace de su proceso, desde el contacto con sus emociones y sensaciones, esto es, su proceso para dotar de sentido su trabajo y de expresarse de manera creativa, y por último, sus logros.

**“Tabla 2 B”. El proceso significativo de “Mar”**

“Mar”		
Proceso de la sesión	Proceso significativo	Logros
<b>Sesión 2</b>  <b>Dinámica 1:</b> <b>Tocar frutas y verduras con los ojos cerrados. Saborear una fruta.</b>	*Tener la disponibilidad para dejarse sentir corporalmente, se reconoce con apertura para nuevos aprendizajes, por ejemplo, que estar con los ojos cerrados en un grupo en el que confía, puede ayudarlo a permanecer con apertura.	*Comunicar y reconocer sus emociones y sus sensaciones a través de sus sentidos y se da cuenta que al estar en confianza puede dejar que sucedan las cosas.
<b>Sesión 6, 7 y 8</b> <b>* Necesita claridad para poder visualizar lo que quiere expresar con la imagen.</b>	*Sentirse en confianza con su grupo. *Abordar con mayor precisión, dirección y confianza en equipo. *Expresa su enojo y molestia ante circunstancias que suceden en su entorno y reconoce sus emociones, contacta con ellas para pensarlas en su proyecto final. *Comparte su necesidad de ser escuchada para tener más claridad en su proyecto final.	*Al contactar más consigo misma y con sus emociones, realizar imágenes con mayor sentido, comunica con más claridad lo que quiere y aspira lograr con sus imágenes, para hacerle sentir a los demás lo que ella quiere a quien vea sus fotografías.
<b>Entrevista 1(En)</b>		

Fuente: elaboración propia

En la “Tabla 2 B” se reportan los elementos más significativos que le permiten a “Mar” reconocerse como alguien que cuenta con experiencia técnica y que ello la ayuda a expresar sus emociones. Cabe mencionar que, durante las sesiones, su trabajo enriquece, no sólo a ella misma sino también a sus compañeros, quienes cuestionan respecto a lo que ella reflexiona y siente. Sin embargo, en estas sesiones ella contacta con sus emociones y sensaciones con mayor facilidad, ya que expresa su enojo respecto a varias situaciones y también se reconoce rebelde y solidaria en cuestiones sociales. Además de darse cuenta que requiere de mayor claridad para conocer sus necesidades para expresar lo que es y siente. Ella solicita una entrevista casi al final del semestre para concretar lo que quiere expresar en su proyecto final. A continuación se hace referencia a las experiencias que consideró significativas por medio de tres categorías: 1-.Contacto con emociones y sensaciones, 2-.Dotar de sentido a la experiencia vivida, 3-.Expresión creativa por medio de la narración, creación de imágenes y fotografías.

#### **“Mar”. Experiencias significativas a partir de sus sensaciones y emociones**

“Mar” manifiesta su apertura a nuevas experiencias para así darle significado a aquello que le parece importante. En la segunda sesión expresa su vivencia al haber tocado y saboreado con sus ojos cerrados para trabajar desde su percepción. Tanto “Mar”, como sus compañeros, se dieron un rato de calma para vivir la experiencia de saborear con la atención puesta en sus sentidos. Y eso es exaltar una sensación, cuestión que, ella manifiesta de la siguiente manera: “Me gustó mucho hacer eso, como que concentrarme en sentir las cosas, porque normalmente no lo hago, pero he tenido experiencias, como que he aprendido que si lo haces se siente bien, no sé, un retiro de silencio y cosas así, entonces cuando me acuerdo de repente que lo voy a hacer, me gusta mucho y me pareció agradable, todo el ejercicio me pareció bien, me sentí en confianza” (B2 Mar 386-391, 12 Sep., 2014). También reconoce lo que le pasa al darle sentido a lo que vive dentro de la experiencia y ver lo que le sucede. “Luego, cuando mi compañera dijo que era la primera vez que probaba una guayaba, yo dije: guuuuauu! no

manches, qué chido. Porque a mí me encanta estar abierta a lo nuevo, lo que más me gusta en la vida es hacer cosas por primera vez, hacer cosas nuevas, no sé, se me hace súper sorprendente que nunca vio una y se le ocurrió de que: la voy a morder, entonces no sé, como que me dio envidia, me dieron ganas de, me contagió el sentimiento de hacer algo que nunca he hecho (TCS2 Mar 880-887, 12 Sep,2014).

Como se observa, “Mar” contacta con sus emociones y sensaciones y las expresa con facilidad, y también manifiesta lo importante de percibir las cosas de manera corporal para crear nuevos temas que den materia para compartir y expresar. Además, expresa su sorpresa por la experiencia, lo que se relaciona de manera muy estrecha con vivir experiencias significativas a través de sus sensaciones y emociones. Lo anterior es corroborado por ella de la manera siguiente: “Creo que esta dinámica me hace confirmar que cuando vives la experiencia aprendes a vivir las cosas de otra manera yo creo, a ver las cosas desde otra perspectiva. Cambia tu manera de percibir la vida en general (TCS2 Mar 865-870, 12 Sep, 2014). De esta manera, “Mar” tiene una nueva experiencia que le da un referente distinto a lo anteriormente vivido, lo que le lleva a darle un significado que enriquece lo que ya tenía como referencia, y que le motiva a nuevas creaciones, gracias a los significados y las nuevas experiencias.

#### **“Mar”. Reconocimiento de emociones y sensaciones para dotarlas de sentido**

Después de las primeras sesiones, “Mar” reconoce la importancia de la relación de las sensaciones con la técnica fotográfica, lo que, en las siguientes sesiones, expresa ante el grupo de la siguiente manera: “Es importante saber acercarnos a lo que nos pasa con los demás y con ello trabajar. Después de esta sesión me siento desahogada y escuchada. Me gustaría expresar por medio de la fotografía mi manera de ver y sentir la vida, justo como siento las cosas en este momento” (Mar BS6 140-143, 24 Oct, 2014).

En la sexta sesión es cuando ella reconoce la diferencia como sus compañeros viven un mismo hecho y se da cuenta de su sensibilidad ante aconteceres sociales, y con ello, vivir una experiencia que la enriquece para expresarse verbalmente y luego

hacerlo por medio de la imagen. Al respecto, refiere: “Me gustaría saber de qué manera las fotos podrían decir algo de tu contexto para que entonces puedan ser valiosas, porque cualquiera puede tomar fotos a flores y cosas así, y yo pienso que está bien para reflejar algunas cosas. Pero si realmente quieres hacer una conexión contigo y con los demás, llevar la fotografía a otro nivel dentro de tu vida, tienes que ir un poco más allá de eso; pero es muy complicado, mas no imposible (TCS6 Mar, 1284-1296, 24 Oct, 2014). A raíz de su reflexión anterior, vemos que gracias al contacto con su experiencia cobra mayor sentido la fotografía como una expresión de lo que acontece, y que ello, representa un compromiso con ella misma para crear imágenes que hablen más de ella.

**“Mar”. Visualizar, mirar a futuro, dar sentido a lo que siente para expresarlo de manera creativa**

Esta etapa es, en la que generalmente, los alumnos quieren tener claridad para expresar algo distinto, algo que sea significativo, y por ello, más expresivo. En este momento, quieren visualizar y captar algo relevante, pero algunos no tienen claro qué, ya que necesitan saber cómo son, qué les gusta y qué les motiva, para luego expresarlo. Al final de la sesión 6, “Mar” y yo tuvimos una entrevista, ya que con anterioridad ella necesitaba tener una idea para su proyecto final, en el que mediante una serie de cinco fotografías, pudiera mostrar un relato sobre un tema significativo, y por lo tanto, importante para ella. En esta entrevista, “Mar” comparte lo siguiente: “Es que no he tenido como una gran idea que me guste, o sea, paso mucho tiempo del día pensando qué me gustaría hacer, pero no sé, no se me ocurre algo que diga: si, esto me encantaría” (EnS7 Mar 108-110, 7 Nov, 2014). Durante esta entrevista, abordamos su conexión con lo que ella es, con lo que le motiva hacer en la vida, con lo que se siente identificada, con lo que fui reconociendo de ella en otras sesiones del mismo módulo; sus logros, cualidades, inquietudes y su manera de expresarse a lo largo del curso, para que ella pudiera identificar con mayor claridad las propias experiencias, sentimientos y reacciones, y entonces, concretar su serie de fotografías. Casi al final del taller, después de acompañarla para que pudiera visualizar con mayor

claridad cómo ir construyendo las imágenes desde aquello que le era significativo, aclaró lo que le gustaba de los escenarios, objetos y elementos del momento para recrear sus imágenes, lo que le brindó mayor confianza en su potencial creativo. Cuando le pregunté en la entrevista, al final del trabajo, si lo que habíamos dialogado le había sido de utilidad, ella afirmó: “Como que me había costado trabajo aterrizarlo porque no sabía si meter más elementos o siempre el libro o qué, pero no sé, ahorita que lo dices así, me suena bien que sea como el puro libro, lo veo con más claridad y eso se me hace bien padre” (EnS6 Mar 108-110, 7 Nov, 2014).

“Mar” da cuenta de que su trabajo en las clases la ayudó a expresarse más creativamente, que al conectar sus sentimientos con la técnica de la cámara y con sus ideas le ha resultado muy útil en lo que se dedica; actividades artísticas y la producción teatral, y que con ello, puede ser un candidato más atractivo en el campo profesional.

Por último, se describe el proceso de “Rulo”, quien estuvo en las clases de manera intermitente, y cuya experiencia, en un inicio fue muy buena, pero posteriormente se descontextualizó, aunque finalmente tuvo un cierre donde compartió sus experiencias.

### **5.3 Proceso de “Rulo”**

“Rulo” Es un alumno de quinto semestre de licenciatura, quien ingresó a la clase con la idea de trabajar a mayor profundidad la técnica fotográfica. Compartió que era un productor audiovisual y que se reconocía estresado por la carga laboral en la que se encontraba, así como su inquietud por terminar su segunda licenciatura lo más inmediatamente posible, para concentrarse en sus producciones y no estar dividido entre estudios y trabajo fuera de la universidad. A continuación se presenta una Tabla con el registro de su proceso, y en enseguida, se describe a detalle su caso.



**“Tabla 3 A”. Proceso de “Rulo”**

<b>Perfil: “Rulo”</b>			
<b>Situación Inicial</b>	<b>Recursos</b>	<b>Proceso significativo</b>	<b>Logros</b>
<b>*27 años</b>  <b>*Cursa su segunda carrera. Quinto semestre de la carrera de Artes Audiovisuales</b>  <b>* Estudió y finalizó Administración como primera carrera.</b>  <b>*Quiere aprender la técnica fotográfica.</b>  <b>*Trabaja como productor de videos.</b>  <b>* Se siente presionado por no tener suficiente tiempo.</b>  <b>*Se siente muy exigido por su padre para que sea productivo económicamente al 100%</b>  <b>*Teme cumplir 30 años y no haber logrado sus metas</b>  <b>*Se siente no aceptado y cuestionado por su edad en algunas clases por ser mayor que sus compañeros</b> <b>*No siempre concluye lo que se le pide en la escuela.</b>	<b>*Ama el cine</b>  <b>*Se reconoce creativo y seguro de sí mismo</b>  <b>*Visualiza con facilidad</b>  <b>*Es extrovertido</b>  <b>*Tiene facilidad de palabra</b>	<b>*Contacta con sus emociones y se siente acompañado al compartirlas.</b>  <b>*Se siente en confianza con el grupo y con su equipo de trabajo.</b>  <b>*Siente confianza y facilidad para comunicarse con su equipo de trabajo.</b>  <b>*El proceso de sensibilización con los sentidos y las sensaciones le ha ayudado a expresarse mejor desde lo que siente y piensa.</b>  <b>*Al cierre del taller comprende que lleva su propio ritmo de trabajo y reconoce que temía cumplir 30 años, pero también que tiene su propio tiempo de acuerdo con sus metas.</b>	<b>*Reconocer que puede avanzar a su paso</b>  <b>*Valorar su formación y las metas logradas hasta la fecha</b>  <b>*Conocerse más a sí mismo</b>  <b>*Reconocer el apoyo y compañía de su padre como algo valioso</b>  <b>*Más consciente de su creatividad y de su manera de comunicarse por medio de la fotografía</b>  <b>*Valorar la importancia de las sensaciones y las emociones, tanto en su cuerpo como en las fotos que quiere producir</b>  <b>*Pensar en sus receptores para hacer fotos más significativas.</b>

Fuente: elaboración propia

“Rulo” es un alumno que en un principio creía que no iba a poder integrarse al grupo por las ausencias que tuvo debidas a su trabajo. Sin embargo, en las sesiones que estuvo presente, estableció contacto con sus emociones y daba un sentido a sus imágenes y fotografías mediante la expresión y sus narrativas. El seguimiento hecho a su caso, nos da la posibilidad de dar respuesta a la pregunta central de análisis, pues reportó que el contacto con sus sensaciones y emociones le ayudó a dotar de sentido sus narrativas y a sus imágenes fotográficas. El creía que no se integraría tan fácil con sus compañeros, sin embargo, esto se dio sin problema, lo que le sorprendió y le ayudó

a sumar logros, ya que el estrés en el que se vivía lo fue transformando para disfrutar de su desempeño sin sentirse forzado.

**“Tabla 3 B”. El proceso significativo de “Rulo”**

<b>“Rulo”</b>		
<b>Proceso de la sesión</b>	<b>Proceso significativo</b>	<b>Logros</b>
<b>Sesión 2</b> <b>Dinámica 1: Tocar frutas y verduras con los ojos cerrados. Saborear una fruta. Y dinámica de</b> <b>Dinámica 2: Explosión de emociones.</b> <b>Tomar fotos de globos con agua y globos con harina. Sentir en el cuerpo el factor sorpresa de la emoción y sensación.</b>	<p>*Tener la disponibilidad para dejarse sentir corporalmente; valorar el tiempo que se toma para contactar con sus sensaciones y emociones, para darle sentido a experiencias que no tienen que ver con su trabajo y con lo que le estresa.</p>	<p>*Comunicar y reconocer sus emociones y sus sensaciones a través de sus sentidos; se da cuenta que al estar en confianza puede dejar que sucedan las cosas.</p>
<b>Sesión 3, 6, 7 y 8</b>  <p><b>* Necesita tener claridad para poder visualizar lo que quiere expresar con la imagen y canalizar lo que necesita para expresarlo sin estrés y de manera más personal.</b></p> <p><b>*Solicita una entrevista individual para aclarar sus emociones que le detienen a crear con mayor facilidad</b></p> <p><b>Entrevista 1(En)</b></p>	<p>*Sentirse en un clima de respeto y confianza con su grupo.</p> <p>*Expresa su sensación de paz al estar en la clase y no en su trabajo; expresa y reconoce sus emociones, contacta con ellas para pensarlas en su proyecto de la escuela y del trabajo.</p> <p>*Comparte su necesidad de ser escuchado para tener más claridad en su proceso creativo y reconoce lo que le provoca estrés</p>	<p>*Contactar consigo mismo y con sus emociones; narrar y planear imágenes más sentidas; comunicar con claridad lo que quiere lograr con sus imágenes, para hacerle sentir a sus clientes lo que necesita transmitir, usando como herramienta la expresión de las emociones.</p>

Fuente: elaboración propia

### **“Rulo”. Experiencias significativas a partir de sus sensaciones y emociones**

“Rulo” participó en varias sesiones, mismas que compartió que le fueron significativas para su desarrollo personal. Él manifestó, al cierre del taller, haberse sentido muy conectado con las sensaciones y emociones. Aunque no venía preparado, ya que había faltado a la primera sesión, su participación fue importante durante las clases a las que asistió. En la sesión a la que asistió inicialmente, se abordó el contacto con las emociones y sensaciones a partir de una experiencia con los ojos cerrados y de lo que provocaba darse el tiempo para esperar con apertura lo que fuera sucediendo. Él comenta en una sesión, respecto a aquello que le permite tener apertura respecto a la experiencia de estar más consciente de sus sentidos y lo dice de la siguiente manera; “Yo iba a decir algo, con la manzana, normalmente como manzana, pero esta manzana me supo muy dulce, más dulce de lo normal, no sé por qué. Si era porque me di el tiempo de comérmela, o porque me tocó manzana y no guayaba y estoy pensando en el sabor. Y cuando fui más consciente del sabor me supo más dulce y hasta me dio el sentimiento, bueno, más bien, la sensación, ya que dijiste lo que era la diferencia, como cuando comes algo así que lo haces con calma. Reconocer la textura de mi lengua y luego la de la manzana. Y supuse que si esto me pasaba con una manzana, a lo mejor me pasaba con otras cosas que comía, o simplemente, con las cosas que vivo y no me doy cuenta. Aquí me di cuenta de lo que estaba comiendo, lo saboreé y lo disfruté mucho” (“Rulo”, TGS2, 12 Sep,2014, 371-379).

En el caso de “Rulo”, experimentar con sus sentidos le significó tener una pausa para regalarse una vivencia con calma, sin estar con prisas para hacer contacto con lo que iba sintiendo y el sentido de vivirse en otro tipo de experiencias, ya que en esos momentos llenos de trabajo, lo único que hacía era estar acelerado y presionado. En la dinámica con globos, lejos de querer ser el protagonista, decide contemplar y disfrutar lo que iba sucediendo al capturarlo con su cámara. Él lo dice así: “Yo estaba más tranquilo al momento de tomar la foto. Usualmente, cuando tengo cosas, así como tareas o trabajos de producción... o fotos, para clase, o chamba tengo que terminar y no disfruto. Aquí estaba más relajado, me sentía más tranquilo, aquí fue, como el clima

y el ambiente del salón era más relajado, más ameno y eso me gustó. Hizo que me sintiera en contacto, sin sentir que estaba trabajando con mil reglas, sino divirtiéndome y eso me ayudó a ver la fotografía desde lo espontáneo, sintiendo y contactando conmigo” (“Rulo”, TGS2, 12,Sep,2014, 673-680).

### **“Rulo”. Reconocimiento de emociones y sensaciones para dotarlas de sentido**

“Rulo” comparte haber trabajado de manera muy mecánica para editar y para hacer las cosas rápido, porque en ocasiones su trabajo es así y tiene que hacerlo rápido para salir del paso, con lo que no se siente contento. Esto lo comparte más adelante en una entrevista individual, en donde manifiesta que se siente presionado por su edad (27 años), ya que se siente exigido por su familia para terminar la escuela y ser más productivo en su profesión. La vivencia que tuvo de la clase le hizo ver que tiene la oportunidad de seguir explorando su creatividad en un espacio libre de esa presión, y le es significativo estar en clases que le ayudan a disfrutar y expresarse, lo que refiere de la siguiente manera: “Ahora, sobre lo que significa esto de conectar emociones con lo que estamos diciendo, veo que para hacer algo que te guste es importante conectarte con eso y saber para qué lo haces. Si me pongo a pensar sobre, a lo mejor otras clases, te enseñan la técnica de tomar fotografía y todo estamos viéndolo, pero estamos viviéndolo, pienso yo , que a través de los objetos, lo que podemos capturar y relacionarlo con lo que nos significa, no sé. Y eso, de alguna manera siempre lo he querido hacer, y me complace estar en una clase que sí puede aprender eso que me causa mucha dificultad, por ya tener una rutina al hacer las tomas que hago de video, y al observar con detenimiento lo que hay detrás de lo que queremos expresar en un pequeño objeto podemos tener una gran historia, como la historia que hay detrás de una cinta de artes marciales como la de “Allison” (“Rulo”, TGS3, 19/09/15, 1300 - 1306).

Al trabajar en otro contexto, que no es para “Rulo” tan mecánico, sino más, entre las personas, su manera de relacionarse con lo que sentía y expresarse, le dio más sentido al vivirse en confianza para expresarse de manera más espontánea. Así lo

señala: “Al principio, cuando yo entré al grupo, cuando los vi a todos dije "son personas súper distintas". Yo, por ejemplo, con mis compañeros de mi carrera, siempre tenemos como esa línea de ser un poco más sentimentales y eso ¿no? y me siento muy exigido, como en competencia, pero aquí los veo y entonces cuando veo que expresan, que empiezan a decir que tiene un significado las cosas y todo eso... todo el mundo evocó algo que le causaba, el que todos dijéramos "nos sentimos identificados con eso porque le daba emoción, era una emotividad". Entonces esa emotividad es la misma que como que nos empieza a conectar a todos, entonces no sé si les pasa a los demás, pero poco a poquito, siento que el grupo se va homogeneizando, se va haciendo. No los conozco a todos y los veo, pero sí me da esa confianza, que a lo mejor con mis otros compañeros no tengo en otras clases. No sé, está padre, me gusta pues, el que tengan en común eso con los demás, a pesar de que pensemos cosas distintas en otras áreas, saber que puedo expresarme de manera más espontánea, y con ello, saber con más claridad aquello que realmente quiero darle sentido como lo que vivimos al ir al Panteón de ver todo frío, lleno de cemento y de naturaleza muerta y luego pensar cómo hacerle para mostrar otra imagen, que sea, no muerte sino vida, estando ahí mismo y ver que el olor y el lugar no eran lo mío, pero que desde ahí, podía decir otras cosas y no necesariamente tristeza, al tener un cielo arriba” (“Rulo”, TGS3, 19/09/15, 1239 -1258). Como vemos, su manera de trabajar en la clase, le permitió contactar con sus emociones, sentirse en confianza para hacerlo dentro del grupo y entonces darle significado a aquello que, gracias a la emoción, lo dota de sentido de otra manera, y para hablar de ello con lo que tiene a favor. Aquello que es esperanzador, como parte de su creatividad y con elementos que son favorables y evidentes para él, como es un cielo abierto.

**“Rulo”. Visualizar, mirar a futuro y dar sentido a lo que siente para expresarlo de manera creativa.**

Después de varias sesiones a lo largo del curso, “Rulo” compartió cómo le habían significado las clases y lo que fue logrando, lo que narró de la siguiente manera: “Yo lo he notado en los escenarios distintos a los que hemos estado. Por ejemplo, era distinto

fotografiar naturaleza cuando fuimos a Tapalpa, cuando estábamos haciendo la foto macro, a estar en el cementerio, y te voy a decir por qué. A mí el cementerio es uno de los lugares que me deprimen, me abruma muchísimo, entonces mi reacción fue como minimizar el contexto y me di cuenta de que mis fotos las tomaba de abajo para arriba, o sea, como tratar, para equilibrar lo que estaba sintiendo. No me gustaba ver de arriba para abajo, que era una sensación de malestar o de introspección, sino era como trascender; entonces esa era la mirada. Es como cuando tú te sientes mal, la gente nota que estás mal por la manera en la que estás caminando, en tu postura, o no sé; igual se debe de transmitir en la foto, yo pienso, porque llega un momento en el que estás tomando la foto y no te das cuenta en el estado en el que estás tomando la foto, así como cuando las personas te dicen que estás triste, o te ves estresado o que estás alegre y ni siquiera te estás dando cuenta de ello. Y en cambio, cuando estaba con el contacto con mis sentimientos, me di cuenta de cómo me sentía, y entonces quise expresarme volteando hacia arriba, con la idea de expresar esperanza tomándole fotos a las nubes y al cielo“ (TCS7 Rulo, 59-82, 7 Nov, 2014).

Ya para la última sesión, en la que trabajaron en equipo con sus compañeros en el estudio, él comparte sentirse más en contacto consigo mismo y con lo que quería expresar con un ramo de flores, y en equipo, compartir estados de ánimo como la ternura, el enamoramiento y desprecio. Los resultados, fueron producciones más espontáneas, particularmente, al generar sus fotos junto con “Mar” y “Allison”. “Mar” fue quien modeló y expresó su enojo golpeando las flores y dejar al vuelo los pétalos con una cara de rabia y el sudor en su frente, pues en ese momento así se sentía. Esas mismas flores, “Rulo” las utilizó para expresar arrepentimiento: “Es que lo que pasa es que, como que, de alguna manera me desinhibí y salió la libertad creativa, la posibilidad abierta de que juguemos con lo que tenemos a la mano y eso hacía que las fotos, de alguna manera salieran, no en tono de broma, pero se nota la emoción que teníamos en ese momento entre todos, y lo que cada uno quería expresar. Tanto el que tomaba la foto, como los que estábamos ahí, sabíamos cada uno qué emoción expresar y corporalmente cómo representar una emoción y una sensación, justo el tema para

trabajar en imagen, y claro, también la iluminación” (“Rulo”, TGS8, 28/11/14, 1239 - 1260).

En la entrevista individual, al terminar el taller, “Rulo” comparte sus logros después de haber estado en la clase de “Fotografía Digital”. Reconoce haber tenido más tranquilidad después de haber logrado darle sentido a lo que iba haciendo, tanto con su equipo en clase, como de manera individual, lo que traslada a su quehacer fuera de la escuela; “Me siento más tranquilo y sí creo fielmente, que el camino que llevas de conectar emociones con lo que estás haciendo y la cámara, es indispensable, y lo veo en compañeros de trabajo. Ahorita tengo la posibilidad de ver compañeros de trabajo que dicen: me voy a traer a dos chavas y vamos a hacer esto y esto y esto, y no están diciendo nada y lo están haciendo al aventón y todo cuachalote. A mí no me gusta, no proponen nada y yo no les puedo hacer una crítica constructiva, porque en primera, sentía que no tenía la capacidad de decirlo, y la otra es que, de alguna manera, no es mi bronca ¿por qué me voy a preocupar por otras personas?, mejor me ocupo en hacer lo mío, y eso es lo que estoy haciendo. Ahorita hice dos comerciales institucionales y cuando estaba en cámara si estaba pensando, por ejemplo, uno fue un comercial de pollos y dije: ¡conéctalo con la familia!, y entonces está una niña comiendo y entonces me venía todo esto que habíamos trabajado en clase, de cómo te sientes primero en el papel de un niño que está comiendo en su casa y que su mamá le trae pollo. Entonces, tu imaginar ese comercial de pollo con cuestiones de niñez, de cómo cuando le sumas una emoción a la comida, como lo es el amor de una mamá cuando le da de comer a los niños, ¿para qué le das de comer al niño?, para que esté sano, para que esté feliz. Trabajar con la empatía y con las emociones mías y las de los demás, en este caso las que son necesarias para expresar lo que el cliente te pide o tú le sugieres” (EnS8 Rulo, 860-870, 28, Nov, 2014).

Finalmente, “Rulo” da cuenta de sus alcances, ya que conecta su experiencia laboral con las clases que lo ayudaron a expresarse más creativamente, a reconocerse estresado al inicio, pero luego supo conectar sus sentimientos, y los reflejó en sus imágenes, lo que le ha resultado muy útil en su trabajo de producciones audiovisuales.

## **CAPÍTULO VI. DIALOGO CON AUTORES**

En este apartado se presentan las aportaciones de los autores referenciados en el Capítulo II, que fungen como plataforma de este trabajo. La intención es la de establecer una relación entre las narrativas de los participantes y los aportes teóricos, particularmente desde el Enfoque Centrado en la Persona y el Desarrollo Humano. En el apartado anterior, las experiencias significativas fueron abordadas desde: 1. El contacto con emociones y sensaciones, 2. Dotar de sentido a la experiencia vivida y 3. La expresión creativa por medio de la narración. La creación de imágenes y de fotografías son parte de los aportes que interesan para este trabajo, cuyo objetivo es mostrar, que al tener contacto con las emociones y sensaciones, es posible dotar de sentido personal las imágenes y fotografías de quien participa y vive un proceso creativo. Los aportes teóricos que son el fundamento, se concretaron en los siguientes conceptos: la importancia de las emociones, el contacto con las emociones y la simbolización, como elemento para dotar significado, como los conceptos centrales del Enfoque Centrado en la Persona, además de la aceptación incondicional y el marco de referencia interno, los que son referenciados desde lo teórico, para establecer la relación con lo sucedido en la intervención, y de esta manera, aporten una comprensión más, al sentido de este trabajo.

El propósito de la intervención fue promover experiencias significativas en un grupo de alumnos universitarios que les permitieran desarrollar el contacto consigo mismos y con sus compañeros, y que esto resultara importante para comprender lo que les sucedía al contactar con sus emociones y sensaciones. Todo ello con el objeto de que les motivara a expresarse, mediante sus narrativas y con sus imágenes de manera más clara y que estas estuvieran dotadas de mayor sentido.

Una de las preguntas que valen la pena en nuestros tiempos tan visuales, es ¿cómo nos influyen las imágenes en las emociones y sensaciones para tomarlas como medio de inspiración?, pero también en otro sentido; ¿a partir del contacto con las emociones y sensaciones es posible realizar producciones dotadas de sentido? Es



decir, ¿el participante puede generar imágenes dotadas de sentido desde su marco de referencia a través del contacto con sus emociones y sensaciones? Son estas las preguntas que se encuentran a lo largo de este trabajo, particularmente la última.

Aun cuando somos seres que pensamos, sentimos, actuamos y que hemos definido un espacio y una posición en el mundo, sabemos también que hay muchas cuestiones y ámbitos a los que no tenemos acceso, y que aún rondan en la cabeza. Buscamos buscando respuestas a preguntas tales como ¿qué hay después de la muerte?; si es que hay algo más. O ¿cuál es la mejor manera de jugar el juego de la vida? Es que la vida y la muerte nos propician emociones para sentirnos y mantenernos vivos dentro de nuestro mundo. Greenberg (2000), señala que, “en comparación con la cognición, la emoción constituye un sistema biológicamente más antiguo, de acción rápida y adaptativa, un sistema destinado a mejorar la supervivencia (Greenberg, 2000, p. 32-33).

En esta época en la que vivimos una influencia, que podríamos llamar posmoderna, es decir, que está animada por el relativismo, el materialismo, la permisividad, el culto al cuerpo, al sexo, al éxito, la fama, el poder y la riqueza material. Es decir, se está en constante riesgo de sentirse confrontado, confundido y emocionalmente inseguro cuando no se consigue lo anterior, además de vivir un constante cambio por medio del acceso a la información, puesto que ahora la tecnología nos brinda y nos rebasa. Por ejemplo, en el caso de “Rulo”, experimentar con sus sentidos le significó tener una pausa para una vivencia con calma, sin estar acelerado y poder hacer contacto con lo que iba sintiendo y el sentido de vivirse en otro tipo de experiencia, ya que en esos momentos llenos de trabajo, tanto de la escuela como del trabajo, se siente presionado por su edad (27 años), pues se siente exigido por su familia para terminar ya la escuela y remunerar más dinero desde la práctica de su profesión. En sus palabras relata la experiencia:

“Rulo”: “Yo estaba más tranquilo al momento de tomar la foto, usualmente cuando tengo cosas así como tareas o trabajos de producción... o fotos, para clase o chamba tengo que terminar y no disfruto; aquí estaba más relajado, me sentía más tranquilo y muy rápido aquí fue como el clima y el ambiente del salón era más relajado, más ameno y eso me gustó, hizo que me sintiera en contacto sin sentir que estaba trabajando con mil reglas, sino divirtiéndome y eso me ayudó a ver la fotografía desde lo espontáneo, sintiendo y contactando conmigo” (“Rulo”, TGS2,12,Sep,2014, 673-680).

Es importante dar el espacio para hacer uso del cuerpo junto con la tecnología y vivir momentos más desde las emociones y las sensaciones, y a partir de ellas, tener un vehículo para expresarlas; la imagen es el pretexto y el vehículo, es decir, el motor de este vehículo son las emociones. El contexto desde donde la persona se encuentra también es importante, ya que permite tener claridad de aquello que sucede y con ello darle significado y expresión. Greenberg (2000), puntualiza que “para poder hablar de nuestros sentimientos con facilidad necesitamos el entorno adecuado. Necesitamos seguridad emocional y un cuidado empático y genuino por parte de los demás, saber que respetarán nuestros intereses y conflictos” (p.41).

El alumno requiere de un acompañamiento que le brinde confianza y claridad en aquello que quiera comunicar, para que en la medida que se conecte o establezca contacto consigo mismo, con lo que siente y piensa, pueda entonces expresarse de manera más clara y creativa. El acompañamiento, tanto dentro de una facilitación grupal, como individual, ayuda a esa expresión emocional. Por ello, es importante cuidar esta relación, que resulta de gran importancia en la aceptación de la persona hacia sí misma y también de su experiencia, lo que la hace significativa.

En los puntos siguientes, se retomarán, cada uno de los conceptos centrales, que apoyaron este proyecto, desde teoría de los autores y la experiencia que narraron los que participaron en la intervención.

## 6.1 La expresión creativa. Fruto de las emociones y sensaciones

Uno de los elementos claves para favorecer la expresión creativa, de acuerdo con Moreno (2003), es la importancia de la aceptación y el reconocimiento de nuestros sentimientos, ya que ello es algo que puede favorecer la creatividad (Moreno, 2014). Uno de los aportes importantes del taller es que los alumnos detectaran lo que sucedía con su cuerpo, con lo que en ese momento los movía a expresar, para enseguida darle significado e identificar el sentimiento que les llevaba a representar de manera creativa en una imagen. La siguiente viñeta clarifica el proceso creativo para representar la emoción que experimentó “Rulo”:

“Ahorita que nos estás diciendo ¿cómo se sienten?, yo no te puedo decir que me sienta triste o enojado o algo así, como que no estoy muy consciente de mis emociones, pero cuando dijiste: sean conscientes de su cuerpo, su estómago y eso, mi sensación era de estar como agitado, como si acabara de correr o algo así, sentí incluso mi corazón latiendo más fuerte, como una sensación muy visceral. Pero no sé ni cómo nombrarla, pero sí la puedo describir, esa necesidad como una manera de ser activo. Es como estar corriendo en una carrera en la cual necesitas seguir adelante a pesar de lo que suceda, Estoy pensando cómo yo, ahorita que ya voy por la segunda carrera que estoy cursando en mi vida profesional y ¿qué es lo que yo podría hacer? Y como que todavía no puedo captar, aterrizar algo en lo que realmente pueda ayudar a los demás en una situación social como lo de Ayotzinapa. Incluso si soy un profesional ¿qué es exactamente lo que podría hacer como profesionista? Entonces, me siento muy afortunado y a la vez responsable, estoy pensando que necesito tener bien claro qué es lo que yo podría hacer con estas habilidades profesionales, y más viendo la situación de mi país. Entiendo eso de sentir y luego pensar... y lo puedo representar en una imagen como un corredor en un medio maratón, el corredor sabe que tiene que llegar y mantener su ritmo. Así me siento, presionado, y que no puedo parar, lleno de sudor y de cansancio, pero sé que no voy para atrás, voy avanzando”. (TCS6, Rulo, 1195-1214)

Una vez identificadas las sensaciones y las emociones el proceso siguiente fue darle sentido a la experiencia de haber escuchado una noticia que le dio la posibilidad de expresarse por medio de una imagen.

## **6.2 El contacto con las emociones y la simbolización en el proceso creativo**

Rogers (1985), define como una representación o experiencia del sentimiento el “significado personal de una experiencia de tinte emocional: por lo tanto incluye la emoción, pero también el contenido cognoscitivo del significado de esa emoción dentro, y de forma inseparable, de su contexto experiencial e inmediato” (p. 27). Por ello, atender al contacto y el reconocimiento de las emociones por parte de los participantes del taller, se consideró relevante para contribuir a la expresión de ellos mismos, así como la reflexión de las propias experiencias a partir de la narrativa visual, oral y de la práctica fotográfica.

El Enfoque Centrado en la Persona (ECP) se centra en la experiencia emocional y en el significado personal de cada individuo en relación con su experiencia. Para Rogers (1985), esto, que representa la simbolización, es fundamental para el desarrollo del potencial creativo y define este proceso como otorgar sentido y significado a la experiencia. Y agrega que al experimentar conscientemente lo que se vive, se da significado y se simboliza “de manera adecuada en el plano de la consciencia esos hechos sensoriales o viscerales” (p. 27) Y agrega que:

la simbolización tiene diversos grados de exactitud, por lo general nos servimos de expresiones como “experimentar cada vez más conscientemente” para indicar que se está haciendo referencia a la extensión de este proceso hacia una simbolización más completa y exacta (Rogers, 1985, p. 27).

Gracias al diseño de una estrategia didáctica puede propiciarse que la persona a viva y experimente algo que sea significativo de acuerdo con lo que le sucede. Esto es, la manera de significar esa vivencia, la reflexión de lo ocurrido, y al

experimentar algo similar a otra situación pasada, el recuerdo vivido servirá como referente para comprenderlo. Rogers (1985), señala que la resignificación, es decir, la simbolización correcta de la experiencia, es un elemento central en el desarrollo creativo.

Sentir de manera consciente es importante, ya que contribuye al conocimiento propio y a la valoración de la persona. Quien trabaja desde el ECP tiene el compromiso de escuchar plenamente y de fortalecer la retroalimentación de aquello que el otro comparte con el mayor respeto y aceptación posible. Es entonces, que en el marco de un taller, se hace posible hacer “*click*”, es decir, establecer contacto con las emociones, las sensaciones y los pensamientos, y que al identificarlos, puedan expresarse de manera individual y luego grupal. Quien se expresa, se escucha, se percibe y reafirma aquello que sabe, siente y crece. En palabras de Redorta (2006): “el estado emocional de una persona determina la forma en que percibe el mundo. Sólo esta razón ya hace imprescindible acercarnos al mundo de las emociones para comprendernos mejor “(p.23).

La forma en que las emociones son experimentadas e interpretadas trascienden de lo personal hacia el contacto con lo demás, que en este caso, son las relaciones interpersonales y la manera de expresarse ante el mundo. Este trabajo se enfoca en las relaciones como un “pretexto” para que el estudiante universitario manifieste aquello que no siempre expresa, aquello que se reprime, para compartirlo por medio de imágenes dialogadas, y a su vez, sea el canal para resignificar aquello que no se comparte en otros contextos. También para que, a través de este contexto, los participantes universitarios puedan canalizar y potenciar representaciones icónicas de forma más personal, y por consiguiente, una manera más creativa. “Rulo” hace notoria en una de las sesiones, su manera de simbolizar “su destino final” con mayor claridad entre lo que comunica que siente y representa visualmente por medio de un dibujo, y expresa:

“Cuando pensé en expresar mi destino final me di cuenta que no me sentí con miedo, pensé en la esperanza como mi manera de significar la muerte, que no la había pensado en mí, soy optimista, nada más son dos cosas, que quisiera transmitir... bueno dibujé una urna, y aunque ya no estás ahí, me queda claro que lo que quiera mi familia ahora sí, si me quiere poner o no. Pero lo que quiero transmitir es una emoción de alegría y de tranquilidad. Yo dibujé un mariachi porque pues a mí me gusta la música y estar alegre no triste porque me voy, y puse un simbolito así como el de “Om” como de mantra, o sea más que nada porque el chiste es que estén mi familia y mis amigos tranquilos, o sea, que sepan que simplemente pues es un proceso y ya, es un ciclo por el que tienes que pasar y ya. También dibujé un girasol y unas velas, para significar alegría con el color amarillo y las velas de luz de paz y espiritualidad”. (TCS5, Rulo, 1332-1339).

De esta manera, “Rulo” dota de sentido una imagen creada por él durante la sesión y cuyo significado para él es importante, ya que simboliza a partir de lo que siente y quiere invitar a que otros así lo signifiquen. Cabe señalar, que las imágenes son generadas justo a partir de nuestro propio marco de referencia, y el tema de la muerte por ser un tema tan amplio y universal, propició muchas emociones y pensamientos encontrados, por ello la importancia de la expresión y comprensión de la percepción de cada integrante.

### **6.3 Marco de referencia interno: comprensión o rechazo de la expresión**

Es importante especificar los términos de percepción y de lo que es un marco de referencia interno, ya que este es el punto de partida de los participantes desde donde ellos se sienten motivados a expresarse o no, Rogers (1985), afirma que un marco de referencia interno es:

todo el campo de experiencias –percepciones, sensaciones, significaciones, recuerdos- asequibles a la conciencia del individuo en un momento dado. El

marco de referencia interno es el mundo subjetivo del individuo. Sólo se conoce ese mundo plenamente. Ningún otro puede llegar a conocerlo como no sea por medio de inferencia empática (p. 45).

Por ello, saber de qué se habla y para qué se habla, tiene sentido en la medida en que se comprende lo que el otro quiere compartir y por qué para él es importante. También, qué es aquello a lo que le da sentido y cómo se siente frente a lo que experimenta, ya que no todas las experiencias son simbolizadas de la misma manera. Siguiendo con el autor (Rogers, 1985), podemos decir que; “percepción es aquello que entra en la conciencia cuando los estímulos, principalmente la luz y los sonidos, influyen sobre el organismo desde afuera” (Rogers, 1985, p.28). Sin embargo, no deja sólo la percepción como un elemento de estímulos externos, ya que comenta que cuando llega un estímulo al organismo y éste es simbolizado, es decir adquiere un significado o una interpretación, y se toma consciencia de él, esa percepción del estímulo, solo es una suposición de lo que es probable que sea. Con ello, Rogers (1985), deja entrever que la persona incide en aquello que percibe, es decir, le otorga algo de ella misma. Por ello, Rogers (1985), llega a concluir que

percepción y conciencia son sinónimos... cuando queremos destacar la importancia de los estímulos en el proceso; y conciencia, el término más amplio que abarca las simbolizaciones y significados que surgen tanto de estímulos puramente internos, (tales como los recuerdos, los cambios viscerales, etc.) como de estímulos externos (p. 29).

El tema de la muerte es una cuestión, que por lo general, resulta polisémica y por ello polémica. En este proceso creativo, hubieron participantes con apertura a escribir y expresarse ante otros en los que su marco de referencia no les ayudaba para dibujar o expresar por escrito por ejemplo, su “esquela”. En la siguientes viñetas veremos el proceso, tanto de “Allison”, como el de “Mar”, al respecto.

“Estoy contenta, sorprendida y pensativa. Me doy cuenta de las enormes diferencias que tenemos entre nosotros los compañeros de acuerdo a la historia de cada uno de nosotros, como escuchar las cosas tan extremas de cada quien en relación a lo que piensa sobre su destino final ¿Cómo imaginarme mi destino final, qué siento ante mi propia muerte? Cómo para unos es "no quiero sentir ni saber nada" y para otros nos puede ser más sencillo hablar de eso. O sea, se me hace chido pues, y no sé, no sé se me hace padre esa parte de que cada quien pues, igual de acuerdo a lo que ha vivido, a la personalidad, Se me hace muy padre, o sea como yo tan fácil lo puedo expresar e imaginar y para algunos compañeros es así de "cómo puedes pensarlo siquiera ni es mi hora ni quiero" ¿no? Y eso no quiere decir que yo no quiera vivir, pues claro, por supuesto para mí se me hace... o sea, lo puedo platicar con mucha paz, con mucha tranquilidad, porque quizá es algo que me enseñaron a no tener miedo. Para Rodrigo puede ser un tema que no se toca y para él es mejor ni siquiera hablar de eso, por sentirse amenazado ¿no?” (TCS5, Allison, 1451- 1460).

Ante su marco de referencia interno, ella simboliza y expresa su “destino final” como algo que quiere que sea útil para otros y donde ella se sienta libre. “Un árbol nutrido por mis cenizas...que sirva de algo, un árbol que de verdad su intercambio de gases que haga de verdad sea bueno, y de oxígeno, y dé buena sombra o no sé, a mí el hecho de pensarlo se me hace bueno” (TCS5, Allison, 956- 958).

En el caso de “Mar”, su reacción ante el tema fue de sorpresa. De acuerdo con su marco de referencia, y conforme fue expresando su sentir, pudo darle sentido mediante una imagen que luego comparte.

“¿Mi destino final? Pero tú no puedes decidir eso ¿no? Yo cuando era más puberta le decía a mi mamá: ni se te vaya a ocurrir dejarme en una iglesia toda la eternidad. Porque yo le decía mucho que a mí no me gustaba ni ir a misa y que por qué me iba a tener que quedar ahí para toda la eternidad encerrada. Pero después cuando fui creciendo dije: bueno, si es que me toca morir antes que



ella, va a ser horrible para ella. O sea, yo creo que es la peor pesadilla de cualquier papá, que su hijo se muera antes que él, Entonces yo creo que esa decisión es un alivio para los que se queden aquí, es como una manera de vivir el duelo. ¿Tú qué?, pues ya te moriste, ya como que ya realmente no es tú decisión qué hacer con tu cuerpo. Más bien, yo pienso que lo que sea mejor para mis papás es la mejor decisión, si quieren que sea en un templo o lo que sea, me sentiría más tranquila”. (TCS6, Mar,169 -180)

En este proceso, “Mar” se reconoce sorprendida, contacta con su marco de referencia en relación a lo que entiende y relaciona con su muerte y enseguida piensa en sus seres queridos, desde lo que ellos sentirían. Al respecto, señalan Márquez-González, Castiello, & Lezaun (2009), que:

Las emociones son el reflejo de que estamos en contacto con la vida. Son señales de que estamos en contacto con la vida. Son señales de que estamos en el mundo, de las experiencias que vivimos, nuestro entorno, las personas que nos rodean y las cosas que hacemos, nos afectan y nos importan. Las emociones son experiencias personales que tenemos continuamente y que colorean y dan sabor a nuestra vida cotidiana (p. 21)

Por lo tanto, las emociones están muy relacionadas con nuestro marco de referencia y también con la manera que tenemos de simbolizar, de dotar de significado a una imagen narrada. Además, también impulsan la motivación de un proceso de expresión más clarificante para quien la genera y quien la percibe. Así lo dice “Mar”:

“Ahora que lo pienso: échenme al mar, me encanta el mar, y no sé qué, pero eso para mis papás sería lo más antinatural y doloroso del mundo. Entonces ahora que escucho a mis compañeros, pues que hagan lo que quieran, de todas maneras yo ya voy a estar muerta y estar muerta es para mí sentirme libre, sin nada que me detenga ni me amarre. Si al final eso aceptan ellos qué bueno. Y

ahora que lo cuento, me siento más libre, antes se me ponía la piel chinita, hablando de sensaciones”. (TCS6, Mar, 202-205)

Para el logro del contacto con las emociones y sensaciones que nos ayudan a expresar y simbolizar, es importante el contexto donde se viva la experiencia, para que sea entonces significativa. Los componentes son, tanto la aceptación positiva incondicional, como la relación empática que a continuación se abordan.

#### **6.4 Constitutivos de la expresión artística en imágenes**

Uno de los constitutivos importantes de la expresión personal es sentirse en un ambiente de confianza que motive la inspiración, en donde quienes participen, puedan canalizar aquello que no siempre se está consciente, o no hay tiempo de expresar a través de la expresión verbal, escrita o en una imagen. Respecto a la imagen, Galimany (2014), afirma que es un tipo de representación que “se asocia a la percepción, a la memoria y recuerdo, a la imaginación y a la alucinación, y de todas podemos considerar que existe una relación estrecha con la imagen. Que puede ser considerada como representación interna, mental, privada y subjetiva, o como objetiva y formal” (p.16).

Por su parte, “Allison” comparte que después de trabajar en un ambiente de confianza, por parte de ella y de sus compañeros “a mi me ha ayudado a identificar momentos, situaciones, deseos y sueños que después me gustaría trabajar y expresar por medio de imágenes, por medio de la fotografía” (Allison, BIS6, 24/10/14, 147-150). Para asociar estos elementos, el ambiente inspirador no sólo es referirse al espacio físico, sino también al espacio de confianza que impulse, este elemento llamado aceptación positiva incondicional, mismo que fue posible propiciarlo poco a poco, en y para los participantes, como elemento clave para obtener resultados favorecedores, tal como se señaló en los alcances de la intervención. Rogers (1961), considera fundamental una relación la aceptación positiva incondicional. En sus palabras:

Cuanto mayor sea la aceptación y el agrado que experimento hacia un individuo,

más útil resultará la relación que estoy creando. Entiendo por aceptación un cálido respeto hacia él como persona de mérito propio e incondicional, es decir, como individuo valioso e independiente de su condición, conducta o sentimientos (p. 41).

Esta aceptación propicia un ambiente donde los estudiantes se sientan recibidos con apertura para expresarse y ser escuchados, atendidos en un continuo diálogo. Maciel (2010), asegura que en el arte, sea como sea su manifestación, es importante ser recibido y aceptado, ya que la persona “libera emociones, proyecta sentimientos, amplía su nivel de conciencia, se da cuenta de lo que siente, lo que vive en el aquí y en el ahora, y emite una respuesta desde su esencia humana” (p.50). Tal como lo afirman, tanto Rogers (1961) como Maciel (2010), los alumnos reconocen sentirse acogidos para orientar sus expresiones hacia lo creativo. “Rulo” comparte su experiencia de sentirse aceptado y en confianza por el enfoque que se le dio a cada sesión y comparte: “A mí me pasaba que la primera vez que estaba frente a una cámara la sentía como un objeto extraño y aunque yo pudiera ver la cámara, no me sentía con la total libertad de ser yo mismo. Entonces creo que los ejercicios que hemos llevado a cabo, sobre todo de conocernos, de saber y reconocer como somos cada uno, de alguna manera permitieron la libertad de expresarse y de expresar de quien nos toma la imagen, si yo hubiera llegado con personas nuevas que no conozco, y aun así no las conozco a todas, porque solo los veo una vez por semana, quizá no me hubiera expresado como lo hice en las sesiones ni en mis fotos. De alguna manera, si me sentí más en confianza y me sentí más tranquilo al mostrarme y al trabajar con la cámara, porque era jugar, no era, no me lo estaba tomando en serio, porque si me lo hubiera tomado en serio quizás si hubiera sido otra persona distinta y no quien soy. Entonces yo creo que si tiene mucho que ver la empatía y confianza que tiene la persona que captura la imagen y la manera en que la capturan con lo que está reflejando en la foto...me sentí libre y creo que una vez que son visibles tus vulnerabilidades y las aceptas es más difícil que te vulneren”. (TCS4, Rulo 808-821)

Confiar en la capacidad del alumno para desarrollarse y crecer. Esto implica tener una relación con el otro sin juicios, hacer notorio que cuenta con una variedad de recursos para auto dirigirse y promover su propio crecimiento. Esta consideración positiva incondicional se manifiesta cuando el facilitador dispone de una intención profunda de saber esperar, sin ansias de control y valorando la totalidad de la persona. “Mar” reconoce esta aceptación positiva y la expresa así: “A mi me gustó mucho que lo que yo comprendo de mí, mi manera de ser y de entender la vida lo pude expresar, puedo decir que hubo un contacto con mis emociones, mis sensaciones y con mis compañeros. Me sentí en un ambiente que fluyó para que nos entiéramos y respetáramos, para reconocer nuestras cualidades, para poder expresarnos y hablar de nuestra persona, y luego mostrar nuestra manera de ser y sentir por medio de una imagen”. (TCS4, Mar 48-51)

Para que el proceso de los participantes fluyera de manera abierta, también se consideró el establecimiento de una relación empática, en la cual, de acuerdo con Rogers (1985), la comprensión empática, “consiste en percibir correctamente el marco de referencia interno de otro con los significados y componentes emocionales que contiene, como si uno fuera la otra persona” (p. 45), luego agrega, que también es transmitirle al otro esta comprensión empática. Entender y comprender a la otra persona, significa no perder esta condición de “como si”, siendo esto un factor que favorece a la creatividad, ya que hay apertura para recibir al otro: “la persona puede dejar en libertad su auténtico sí mismo y sabrá expresarse en formaciones nuevas y variadas en su relación con el mundo. Esto reside el estímulo básico de la creatividad” (Rogers, 1961, p. 310). Al respecto, “Mar” lo refiere así:

“Siento que si no estoy abierta si no logro sensibilizarme conmigo para poder transmitirlo hacia otra persona. Es como el punto de partida que si no te amas a ti cómo vas a amar a alguien más, así pasa. Entonces siento que ahorita que ya estuvieron hablando, como que al mismo tiempo que no estoy tan, y ahorita que lo estuvieron hablando, como que si me hizo ver más a fondo lo que está pasando con mi otra compañera. Entonces si me llegó, me dejé sentir y entender

a mi compañera, como que me movió mucho mis pensamientos y emociones. Entonces igual y creo que meterme más a fondo con lo que veo y escucho con mi compañera, me ayuda a identificarme a mí, para ya después transmitirlo hacia fuera” (TCS7, Mar, 1152-1156).

El ECP toma como centro la experiencia emocional y el significado personal de cada individuo en relación con su experiencia. Como se puede ver, entonces, los elementos que propone el ECP, como la aceptación incondicional, la relación empática, la simbolización, la percepción y el marco de referencia interno, son parte fundamental para acompañar el proceso de contactar con las emociones y favorecer así, la expresión creativa que adquiere significado.

Desde los testimonios de “Allison”, “Mar” y “Rulo”, puede evidenciarse, en el seguimiento de cada uno, que establecieron contacto con sus emociones de manera abierta, lograron dotar de sentido lo que les sucedía, y cada uno, dentro de su proceso, se fueron expresando de manera creativa, por medio de sus narrativas y/o de sus imágenes. Con ello, queda establecida la relación entre los conceptos que sostuvieron la intervención y la experiencia de los participantes, al tiempo que se responden de manera afirmativa, las cuestiones planteadas al principio de este capítulo, así como la pregunta central que guió el procesamiento de análisis realizado en capítulos anteriores. Por tanto, podemos decir, que ciertas experiencias que vivieron en el taller las tres personas a las que se les dio seguimiento, tuvieron una relación estrecha con los conceptos y las aportaciones teóricas en las que se sustentó el trabajo y que ello hizo posible que se estableciera un diálogo entre ambos aspectos: las experiencias narradas por los participantes y las aportaciones de los autores.

## CONCLUSIONES Y PROPUESTAS

*Jung trata con una gran seriedad la necesidad que tiene el hombre de crear y su trascendencia, para él la creatividad es una búsqueda para expresar los sentimientos interiores, los pensamientos y las creencias, la necesidad de dar a la experiencia una forma significativa, por lo que es fundamental en el proceso artístico. Pero también el juego es una actividad esencial para la creatividad. Jung escribe: “La actividad creadora de la imaginación libera al hombre de la esclavitud del “nada más que” y lo eleva al estatus de uno que juega. Como dice Schiller, el hombre es completamente humano sólo cuando juega”*

*Carl. G. Jung*

A partir de la experiencia vivida como facilitadora, la manera de transitar en las aulas universitarias ahora es distinta, ya que es “jugar” un papel más dinámico y diferente, en el que los procesos de acompañamiento dentro y fuera de la cátedra han sido integrados desde el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) , lo que me ha permitido establecer contacto con los alumnos de manera más cercana, en un espacio donde la expresión creativa es lo relevante, y por ello, y lo que se promueve. Un espacio donde las imágenes que los alumnos van generando son realizadas con mayor expresividad y con su sello personal, lo que se logra por el juego creativo del intercambio de las ideas, emociones y sensaciones, mismas que tienen qué ver con las experiencias significativas que se comparten dentro de cada grupo, al que semestre a semestre, busco dotarlo de más herramientas con las cuales facilitarles sus aprendizajes. De esta manera, los proyectos creativos de los estudiantes mostraron, particularmente los casos a los que se dio seguimiento, un mayor sentido, pues partieron de sus propias experiencias vividas. En las imágenes y/o narrativas creadas, los estudiantes canalizaron sus emociones para expresar en imágenes relatos como, el proceso de un duelo, el de enfrentar una enfermedad terminal y expresar el camino como una forma de irse despidiendo. Relatos sobre espacios en donde se sentían invadidos por el hacinamiento del lugar en donde transitaban, es decir se encontró más variedad en las

temáticas que los participantes abordaron, ya con un sentido más humano y más preciso. Con base en ello, es que puedo afirmar que el contacto con las emociones es un punto de partida que dota de sentido a la narrativa y la imagería personal. Como Enriquez (2014), refiere:

El propósito sería entonces recuperar y analizar las maneras en que el individuo, finalmente, a través de la narrativa (subjetividad manifiesta), logra dar sentido y significado a sus experiencias de vida. De esta manera, se está hablando de cómo los individuos interpretan sus experiencias a través de las prácticas narrativas y, después, cómo el investigador reinterpreta y analiza lo narrado por el entrevistado (Enriquez, 2014, p. 264).

El propósito del taller como se puede afirmar, fue conseguido por los tres participantes, “Rulo”, “Allison” y “Mar”, aunque de manera diferente por cada uno de ellos, ya que en los registros que se tienen se aprecia que estableciendo contacto con sus emociones y sensaciones, lograron dotar de sentido sus fotografías y sus narrativas, o como lo decíamos, lograron hacer “click”. Podemos también afirmar que quien se vive a través del contacto con sus emociones y sensaciones puede tener un puente para la expresión de significado de sus experiencias de vida, y que por medio de ellas, su expresión creativa tendrá narrativas y producciones visuales más significativas. Como Enriquez (2014) afirma que: “El propósito sería entonces recuperar y analizar las maneras en que el individuo, finalmente, a través de la narrativa (subjetividad manifiesta), logra dar sentido y significado a sus experiencias de vida. De esta manera, se está hablando de cómo los individuos interpretan sus experiencias a través de las prácticas narrativas y, después, cómo el investigador reinterpreta y analiza lo narrado por el entrevistado (Enriquez, 2014, p. 264)

Mediante la respuesta a una de las preguntas de análisis, es posible precisar cómo fue que los participantes contactaron con sus emociones para tener elementos para dar sentido a sus producciones mediante su narrativa, lo que se dio a través de una serie de sesiones semanales en un contexto grupal de la clase de “Fotografía digital”, donde

se realizó una intervención desde el marco del Enfoque Centrado en la Persona, donde se incluyeron actividades enfocadas a la sensibilización en torno a las emociones y sensaciones, así como el contacto con los sentidos y el cuerpo. La intervención también contó experiencias extra-clases, tales como la visita a escenarios acordes con temáticas como la muerte, la exploración de los sentidos, las prácticas de expresión visual a través de la creación de dibujos y otros con de tipo emocional, además de la retroalimentación grupal, la interpretación de objetos personales, de las imágenes fotográfica producidas por ellos mismos, la escucha de relatos y otras experiencias con olores, sabores y música. Todo ello, con el objeto de propiciar que los estudiantes vivieran experiencias que les favorecieran el otorgamiento de un sentido más personal y significativo, es decir, desde su marco de referencia, a sus producciones, particularmente, las imágenes fotográficas. También fue de relevancia la facilitación de momentos clave, con el objeto de propiciar, la reflexión y la expresión del significado de la experiencia vivida por cada uno. Al generar un ambiente propicio de confianza para el intercambio de marcos de referencia y compartir desde la identidad personal los propios anhelos, pensamientos y creencias, de tal manera que se favoreciera la expresión emocional, y desde ahí, se diera la comprensión de los compañeros desde una relación empática. Además, el acompañamiento ofrecido a los estudiantes propició que las narrativas de los participantes se fueran aclarando y adquirieran un matiz cada vez más personal, y por tanto, significativo. A la par, aquellas narrativas que inicialmente generaban cierto desasosiego, se transformaron por medio de la expresión creativa y la simbolización, esto es, se generaron narrativas alternas, con nuevos significados que dieran más claridad y sentido a las experiencias vividas, tanto de manera personal como grupal; de ahí la importancia de trabajar acompañados y del acompañamiento de la facilitadora.

Realizar fotografías es una forma de encuentro con uno mismo y con el mundo en espacios adecuados para vivir el proceso con mayor sentido durante la captura de las mismas, y al compartirlas e interpretarlas de manera grupal, ello resulta aún más enriquecedor y significativo.



En este apartado es conveniente aclarar, que durante varias sesiones y una diversidad de experiencias vividas por los alumnos, ellos pudieron comprender e identificar que las sensaciones corporales, tan importantes para la expresión creativa, como lo afirma Enriquez (2014), son un primer componente de la emoción, tales como diversas manifestaciones fisiológicas como el ritmo cardíaco, el tono muscular y sudoración, entre otras. Los gestos expresivos y acciones, el segundo componente, son aquellas manifestaciones faciales, corporales y acciones instrumentales que dan cuenta de la presencia de una emoción específica en el sujeto. (Enriquez, 2014). Mediante todo ello, los estudiantes se ayudaron a representar esto con sus modelos en las sesiones fotográficas, en las imágenes realizadas, y sobre todo, a distinguirlo en ellos mismos durante las experiencias que iban viviendo y compartiendo durante las sesiones para contribuir a la inspiración creativa de sus imágenes. Por lo que, al contactar con sus emociones y sensaciones con mayor profundidad o alcance, no sólo enriquecieron su desarrollo, sino que también contribuyeron al de sus compañeros, ya que al compartir sus experiencias con los demás, fueron escuchados y tuvieron la posibilidad de ser aceptados de manera grupal e individual. Asimismo, al escucharse ellos mismos, les fue posible contactar con emociones que no habían reconocido. Tal fue el caso de “Allison”, quien además descubrió su necesidad de cerrar ciclos inconclusos y planear lo que esperaba lograr en la vida.

La finalidad del taller se corroboró en la experiencia manifestada por los participantes, particularmente aquellos a los que se dio el seguimiento. Rogers señala: “Mi experiencia es la máxima autoridad. Mi propia experiencia es la piedra de toque de la validez” (2011, p.32). La experiencia de trabajo en grupo, en definitiva, contribuyó a lograr un conocimiento mayor al que se llegaba, gracias al intercambio creativo de ideas, emociones y sensaciones a partir de la experiencia que se compartió. Con ello, es posible afirmar que a través del contacto con las emociones y sensaciones, se puede tender un puente para otorgar significado a las experiencias de vida, y que por medio de la expresión creativa, es posible lograr narrativas y expresiones que evidencien que se ha logrado una producción fotográfica más significativa. Como lo dice la misma Enriquez (2014) que:

la propia experiencia emocional puede funcionar como uno de los puentes que favorecen la construcción del diálogo directo entre la subjetividad del otro y la propia subjetividad. Por último, nosotros estamos implicados en aquello que construimos junto con el otro para explicar, entender y aprehender (p. 217).

Cabe mencionar que el trabajo con la expresión visual es como un *boomerang*, ya que ante una imagen, el espectador puede proyectar algo de sí mismo, y al expresarse, se sube a un trampolín para nadar dentro de su mundo, con lo que se da un juego entre el encuentro con uno mismo y con el mundo, que nos regresa a la comprensión de nosotros mismos.

Por otro lado, para las personas que se encuentran en ámbitos de la educación, como es mi caso, en asignaturas relacionadas con la expresión artística, como lo es la clase de “Fotografía digital”, que tuvieran la posibilidad de acercarse a la experiencia de un taller desde el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) y el Desarrollo Humano, con el propósito de desarrollar la dimensión expresiva, el contacto con los sentimientos, permitirse explorar fragmentos de las propias historias de vida y tener una relación personal e interpersonal que incluya vivencias compartidas, lo que reditúa en que las producciones resulten más significativas, tanto para el alumno, como para el grupo. También resulta importante ofrecer a los docentes la oportunidad de vivenciar un taller desde el ECP para el reconocimiento de sus cualidades y virtudes, lo que favorece que se conozcan más a sí mismos, identifiquen sus sentimientos, mejoren la relación consigo mismos y con los demás. Además de que les ayudaría a tener una mayor satisfacción consigo mismos, al desarrollo de su potencial creativo y de su rendimiento laboral, y por consiguiente, mejores resultados en el desempeño de sus alumnos.

Fernández (2003), afirma que las imágenes “pueden ser un medio que sirven como evidencia objetiva de la historia de las personas y de las relaciones que guarda con su familia y con el medio ambiente socio-cultural, lo que proporciona una útil base de datos para trabajar en el proceso personal de crecimiento” (p.117). En el caso de la producción de las fotografías, nos suministran información, porque nos permiten

especular y fantasear, y por último, porque son un instrumento de asimilación y transformación de las imágenes de uno mismo.

La fotografía es un arte expresivo que puede ser un campo lúdico, sin perder de vista qué queremos hacer con esta, sin embargo, en las sesiones de trabajo, no siempre se tomaban fotografías, ya que también era necesario retroalimentar experiencias en distintos niveles. Esto para mí fue muy significativo, ya que procuré que pudieran vivirse en un ambiente seguro, incorporar sesiones en donde no había una fórmula correcta para expresarse, sino simplemente hacerlo y recibir aquello que iban compartiendo sin perder la lógica planeada para cada sesión.

Por otro lado, en ciertos momentos, yo me sentía, profundamente identificada con las experiencias de algunos estudiantes y eso me permitía reflejarles lo que compartían y cuidar que aquello que decían fuera comprendido lo mejor por mí y por todos. Un hecho que para mí fue muy significativo, fue sentirme más cercana a ellos, a mis estudiantes, poderlos conocer más desde lo que les gusta, desde lo que es cada uno y cómo se perciben a sí mismos, acompañarles con la apertura de escuchar y compartir experiencias que generaron vínculos afectivos. Considero que mi experiencia como facilitadora, y a la vez como maestra, para mí fue muy enriquecedora, ya que cuando el alumno es quien comparte más de sí mismo y se le escucha, de sus experiencias compartidas se aprende mucho más, se establece una relación más cercana, de mayor confianza, y espontaneidad. Y la labor desde la facilitación, es justo, lo que le da ese toque especial, en el que como maestra y facilitadora, hizo que el proceso fuera más significativo, ya que es crear y mantener un clima de confianza donde se generan relaciones más cercanas y los alumnos se muestran más como son cada uno y donde se aprende de todos.

Paralelo al curso, generamos un grupo por internet, y estar en contacto por medio de mensajes privados en una página grupal, facilitó que se derivaran las entrevistas que ellos solicitaron tener, con el objeto de compartir sus inquietudes personales que no querían expresar de manera grupal. Este espacio se utilizó en

horarios fuera de clase y eso contribuyó a crear un clima de cercanía individual en donde cada uno era importante, valioso y fundamental para el grupo y para mí. Mi experiencia, desde este enfoque del ECP, resultó sumamente enriquecedora, incluso, la última clase celebramos el cierre con una convivencia y con un ambiente cálido, donde fue notorio el logro de vínculos afectivos por habernos conocido más, por tener alegría y apertura en relación al proceso creativo de cada uno, con lo que todos finalizamos muy contentos, y en mi caso, muy motivada para continuar realizando estos esfuerzos.

Hay testimonios de otros tres alumnos con los que tuve contacto por inbox, y quienes de manera espontánea, me compartieron sus experiencias y reflexiones al haber participado en el taller. Estos alumnos fueron parte del mismo grupo y considero que son un reflejo de esta manera de facilitar como profesora. En seguida incluyo de manera breve, sus afirmaciones finales:

“Ernesto”: “Me gustó trabajar con emociones pues me dieron ideas más claras de lo que me gusta transmitir, así que saber qué quiero transmitir es más fácil que antes y pensar qué decir en equipo y desde una misma emoción. Fue como jugar, así que pregunté, ¿qué me provoca a mí la muerte? Y de ahí me di cuenta de la variedad de emociones muy diferentes que me abrieron a ser más creativo, en unos fue así como paz y otro como enojo o venganza. O sea, fueron emociones muy diferentes porque el significado cada uno lo vemos muy diferente. Me gustó estar en estas sesiones pues me divertí y me conocí más, además de que logré expresar mis emociones con fotos como la de mi tumba, la que tomé simulando que mi mamá se me aparecía, y al crear esta imagen me conectó para decirle “te extraño y extraño tu carne con chile, estoy orgulloso de ti, muy agradecido, te siento cerca y estoy en paz”.

“Leo”: “Hola maestra, le mande el dibujo que me había encargado a su mail, también quería agradecerle mucho por su tiempo y su clase, y por motivarme a entrar al concurso. La verdad para mi fue una experiencia muy padre, ya que yo entré sin saber absolutamente nada, yo creo que nunca había tenido una cámara profesional en mis manos, y mucho menos me hubiera imaginado entrar y ganar el segundo lugar en un

concurso de fotografía deportiva, y trabajar con esa idea de las emociones durante los partidos, me parece que fue muy bueno para mi trabajo. Además, de que el viaje a Tapalpa estuvo increíble, pues pude aprender cosas técnicas y a estar más en contacto con mis emociones, así como los trabajos que realizamos en la ciudad. La verdad es que muchas, muchas gracias, yo en lo personal me voy contentísimo con los resultados. ¡Muy feliz navidad! Leo”.

“Chava”: “Anímicamente tenía una apatía muy indeseable no se porque, quizá para no enfrentar la situación. ¿Sabes? en 2013 no reprobé ninguna materia, tenía diez años desde la “secu” quedándome en extras. No sé qué volví a hacer mal, pero el semestre pasado reprobé dos que luego pasé por suerte, y este creí que sería peor, pero cuando hablé ya contigo y pude expresar todo lo que traía y me escuchaste, y luego me apoyaste para creer en mí y en mis trabajos, me sentí más animado, como motivado a hacer las cosas que si me gustan, porque si soy creativo, pero me cuesta mucho trabajo terminar las cosas. Gracias maestra”.

Saber esto, sin la pretensión de buscar más información, me da motivos para continuar con este proyecto de intervención en otros grupos y me hace corroborar que el propósito del taller se logró. Cabe mencionar que se logró gracias al interés y apertura de la mayoría de los alumnos. Sin embargo algunos no lo vivieron igual ya que sus expectativas dentro del curso eran solamente el trabajar la parte técnica de la cámara digital réflex de 35mm y experimentar tomando fotos, sus pretensiones eran muy técnicas, a nivel emocional otro de ellos se sintió muy invadido, como si algo le fuese a pasar que realmente era encontrarse con él mismo y prefirió no abrirse al grupo. Ahora al paso de los meses, los alumnos que he tenido la fortuna de encontrar han manifestado que al paso de los años se han dado cuenta lo que experimentaron y quieren volver a vivir o que extrañan las sesiones, y comparten que se han vuelto más sensibles para atender a sus emociones y a su cuerpo, a su manera de narrar para expresarse a través de la fotografía.

Este camino me llena de motivación y compromiso para seguir aprendiendo, llena de retos y de satisfacciones ya que no es el único contexto en el que he tenido la posibilidad de realizar intervenciones donde han habido avances y desarrollo del potencial creativo y expresivo mío, de mis alumnos y de las personas que tengo la fortuna de acompañarles en su proceso.

## REFERENCIAS

- Allen, P.B. (2010). *Arte Terapia. Guía de autodescubrimiento a través del arte y la creatividad*. España: Gaia Ediciones.
- Álvarez, M. (2012). *El proceso creativo como camino de crecimiento. El cine como un medio para expresar la propia visión del mundo. Módulo de sensibilización para desarrollar la creatividad de un grupo de estudiantes de licenciatura del ITESO del proyecto de aplicación profesional "Producción cinematográfica en 16mm"* desde el Enfoque Centrado en la Persona. Tesis de Maestría en Desarrollo Humano. ITESO, Tlaquepaque, Jalisco, México.
- Barceló, B. (2003). *Creer en Grupo. Una aproximación desde el enfoque centrado en la persona*. Desclée de Brouwer. España: Bilbao.
- Batlle, S. (2009). *Arte Terapia, Cómo poner magia, colores y creatividad a cada día*. Madrid, España: Ediciones Obelisco, S.L.
- Biskarra, K. (2005). *Encrucijada emocional*. España: Desclée de Brouwer.
- Brazier, D. (1997). *Más allá de Carl Rogers*. España: Desclée de Brouwer.
- Destri, M. L., & Sala, E. (2014). "Proyecto Enfocadas. Focalizando en la recuperación y en la integración de la historia vital en mujeres que sufrieron en el pasado violencia por parte de sus parejas, por medio del uso de la fotografía y la escritura". *Investigaciones Feministas*, Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social, 9, 225-246.
- Enríquez, R. (2014). *El crisol de la pobreza: mujeres, subjetividades, emociones y redes sociales*. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO.
- Fernández, M. R. (2005) "Más allá de la educación emocional. La formación para el crecimiento y desarrollo personal del profesorado. PRH como modelo de referencia", *Revista Interuniversitaria de Formación de Profesorado*, 19(3), diciembre, 2005, pp. 195-251, Universidad de Zaragoza, España.  
<http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=27411927011>
- Fernández-Velilla, A. V. (2003). "La ambigüedad de la fotografía y su utilidad terapéutica". *Intersubjetivo: revista de psicoterapia psicoanalítica y salud*, 5(1), 108-118.
- Greenberg, L. (2000). *Trabajar con las emociones en psicoterapia*. España: Paidós.
- Guadiana, L. (2003). "Las artes expresivas centradas en la persona: un sendero alternativo en la educación y la orientación. Entrevista a Natalie Rogers". *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 5 (2).

Consultado el: 28 de enero de 2016

Disponible en: <http://redie.ens.uabc.mx/vol5no2/contenido-guadiana.html>

Hellriegel, D. S., W. John Jr. (2009) *Comportamiento Organizacional*. México: Cengage Learning Editores.

Galimany, S. J. (2014) *Imagen fotográfica y aparato psíquico. La posibilidad del uso de la fotografía como herramienta clínica*.

Consultado el: 28 de abril 2016 en

Disponible en: <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/135466>

Gibbs, G. (2012). *El análisis de datos en investigación cualitativa*. Madrid, España: Ediciones Morata.

González, A. (2010). “Siento, me emociono, experimento”. *Revista Prometeo*. Fuego para el propio conocimiento. Número 58. México: Editorial Espiral. pp.55-60.

Gutiérrez, F.R.A. (2004). “Fotografía y psicoterapia”. PROCESOS INTERSUBJETIVOS, *Anuario de investigación*. México: UAM Xochimilco. Pp. 465-478.

Jung, C.G. (2009) *The Red Book. Liber Novus* editado e introducido por Sonu Shamdasani. Norton. New York-London. Se cita de la edición castellana al cuidado de Bernardo Nante: (2010) *El libro Rojo*. El hilo de Ariadna. MALBA-Fundación Costantini. Buenos Aires.

Larios, R. y Macías, A. (2010) *Corazón de piedra... ¿yo?*, México: Triada.

Maciel, Martha (2010). “El arte a través de la emoción”. *Revista Prometeo*. Fuego para el propio conocimiento. Número 58. México: Editorial Espiral.

Martínez, M. M. (2002). “Hermenéutica y análisis del discurso como método de investigación social”. *Paradigma*, Vol. XXIII, No. 1, junio de 2002 / 09 – 30

Mattanó, S. (2010). “Imagen fotográfica: ¿una cuestión de límites?”, *La Trama de la Comunicación*, 14()193-200.

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=323927064012>

Moreno, S. (2009). *Descubriendo mi Sabiduría Corporal, focusing*. Primera edición. Guadalajara, México: Edición de autor

Napier y Gershenfeld (2000) *Grupos: Teoría y Experiencia*. México: Trillas.

Orozco, R. (2007). *Percepción visual, Creatividad y prácticas pedagógicas*. México: CUAAD.



- Redorta, J., Obiols y Bisquerra. (2006). *Emoción y conflicto. Aprenda a manejar las emociones*. España: Paidós.
- Rogers, C. (1985). *El Camino del Ser*. Barcelona: Editorial Kairós
- Rogers, C. (1980). *El poder de la persona*. Manual Moderno, México.
- Rogers, C. (1964) *El Proceso de convertirse en persona, Mi técnica terapéutica*. México: Paidós Mexicana, S. A
- Rogers, C. R., Stevens, B., Gendlin, E. T., & Shlien, J. M. (2003). *Persona a persona*. Amorrortu.
- Rogers, C. (1985). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Rogers, C. y Freiberg, H. J. (1994). *Freedom to learn* (3a.ed.). New York: Merrill.
- Rogers, N. (2011). *The Creative Connection for Groups: Person-Centered Expressive Arts for Healing and Social Change*. Palo Alto, EUA: Science and Behavior Books.
- Sánchez, J. J. (2012). *Espacio para la expresión plástica de emociones en alumnos del ITESO, desde la perspectiva del Enfoque Centrado en la Persona*. Tesis de Maestría en Desarrollo Humano. ITESO, Tlaquepaque, Jalisco, México.
- Serrano, A., & Digrandi, C. (2014). "Narrar con imágenes: posibilidades de la fotografía y de los lenguajes audiovisuales en arteterapia". *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*. 9, 157-158.
- Short, M. (2013). Contexto y narración en fotografía. *Manuales de fotografía creativa aplicada*. Barcelona, España: Ed. Gustavo Gili.
- Stevens, J. O. (1976). *El Darse Cuenta (Awareness: exploring, experimenting, experiencing): Sentir, imaginar y vivenciar. Ejercicios y experimentos en Gestalt*. Cuatro vientos.
- White, M. y Epston, D. (1991). Medios narrativos para fines terapéuticos. Cap. 1 Relato, conocimiento y poder. Buenos Aires: Paidós.
- Yacuzzi, E. (2005). "El estudio de caso como metodología de investigación: teoría, mecanismos causales, validación", No. 296. *Serie Documentos de Trabajo, Universidad del CEMA: Área: negocios*.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2005). *Theory and practice of group psychotherapy*. Basic books.

## APÉNDICES

### Apéndice 1. Sesión 1. Tabla de “Perfil de los alumnos”

Nombre alumno	Semestre	Firmó Carta	Asistió	¿Qué sabe de foto?	¿QUÉ LE GUSTA HACER?  ¿Es de fuera de Jalisco? Información extra
1-. Anai	9no	Si	Si	Lo básico	Escuchar música de los 60 y 70s, tomar fotos, le interesa foto de arquitectura, viajar, le gustan los perros
2-. Mariana	6to	Si	Si	Nada	Ir al cine, viajar, la comida y correr / <b>Sinaloense</b>
3-. Rulo	5to	Si	No	Muy poco	NO ASISTIO A CLASES luego firmó
4-. Chava	5to	No	No	-----	<b>NO ASISTIO A CLASES</b>
5-. Karla	7mo	Si	No	Nada	<b>NO ASISTIO A CLASES</b> Luego compartió. Estar con amigas, leer, salir de fiesta
6-. Mario	8vo	Si	Si	Historia	Hacer ejercicio, deportes extremos, escuchar música y viajar
7-. Ernesto	11vo	Si	Si	Lo básico	Leer, hacer deporte, ir al cine, hacer fotos de <i>instagram</i> , ir a conciertos y a exposiciones, viajar en camión, le gusta la foto urbana y toma muchas fotos de la ciudad de GDL, es deportista, papá de una niña de 10 meses
8-. Rodrigo	6to	Si	Si	Nada	Tocar guitarra, viajar por México, explorar lugares pocos explotados y conocidos de México
9-. Diego	11vo	Si	Si	Lo básico	Cine de arte, correr, ir a la playa le gusta la foto, se lastimó su cuello. <b>Es de los Cabos.</b>
10-. Mar	8vo	Si	Si	Lo básico	Viajar, estar con niños y conocer gente nueva.
11-.Allison	9no	Si	Si	Casi Nada	Actividades al aire libre, manualidades
12-. Oscar	-	No	No	-----	<b>NO ASISTIO A CLASES</b>
13-. Claudia	7mo	Si	Si	Lo básico	Ir al gimnasio, salir con amigos/ <b>Chihuahuense</b>
14-. Leo	9no	Si	Si	Nada	Viajar, dibujar, pintar, ir al cine
15-. Alessandra	7mo	Si	Si	Lo básico	Pintar, dibujar y leer. / <b>Es de los Mochis</b>
16-. Santos	1er	Si	Si	Nada	Jugar videojuegos, trabaja en bares / Se cambió de carrera y está iniciando otra carrera, no terminó una clase de foto lo expulsaron de su prepa.

Fuente: elaboración propia

## Apéndice 2

### Sesión 1 Tabla “Registro de asistencias”

Asistencia:								ASISTENCIA: <b>Si</b>	FALTA <b>F</b>
Nombre	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	
1-. Anai	Si	F	Si	Si	F	F	Si	Si	
2-. Mariana	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	
3-. Rulo	F	Si	Si	Si	F	F	Si	Si	
4-. Chava	F	Si	Si	Si	F	F	Si	Si	
5-. Karla	F	Si	Si	Si	F	Si	Si	Si	
6-. Mario	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	
7-. Ernesto	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	
8-. Rodrigo	Si	F	Si	Si	Si	F	Si	Si	
9-. Diego	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	
10-. Mar	Si	Si	Si	Si	F	Si	Si	Si	
11-. Allison	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	
12-. Oscar	F	Si	Si	F	Si	Si	Si	Si	
13-. Claudia	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	
14-. Leo	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	
15-. Alesandra	Si	Si	Si	Si	F	Si	Si	Si	
16-. Santos	Si	Si	Si	F	Si	F	F	Si	

Fuente: elaboración propia

### APÉNDICE 3 S2 SENSIBILIZACION CON LOS SENTIDOS Y SENSIBILIZACION CORPORAL

#### Tema: ¡GLOBOS! EXPLORACION Y EXPLOSION DE SENSACIONES Y SENTIMIENTOS

“Cuando se reventó el primer globo con agua sobre mí cabeza sentí rico pero sentí muy frío y al ver la foto de ese momento sonreí porque justo así me imaginé que fue mi cara, recordé mi infancia, recordé lo mucho que me gusta sentir el agua desde que era pequeña, me vino a la mente la imagen de mis hermanos, primos y yo llenando globos y jugando hasta el cansancio; este detalle me ayudó a recordar que tuve una infancia hermosa, que no me faltó nada para ser una niña feliz”. (B2 Allison 273-280, 12 Sep,2014)



#### APÉNDICE 4

#### S3CONOCIMIENTO

#### PERSONAL Y

#### GRUPAL

Tema:

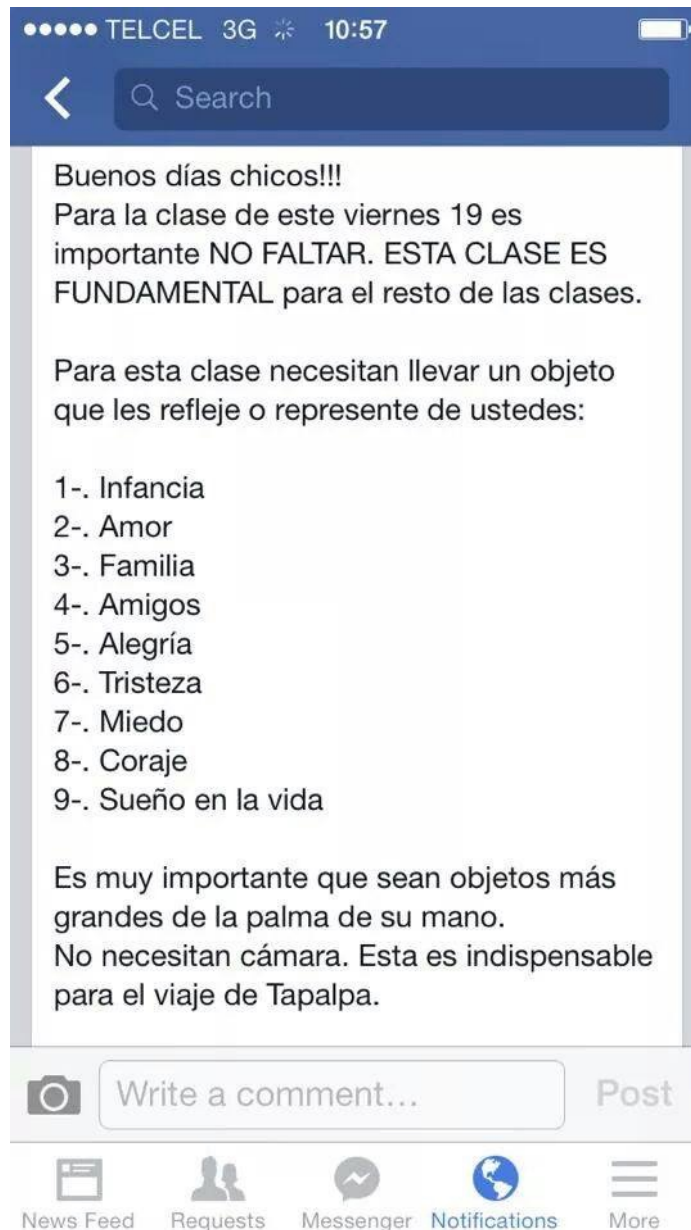
PERCEPCION

MEDIANTE

OBJETOS

PERSONALES

¿Qué veo y qué  
me significa?



## Apéndice 5.

### Sesión 4 click a mi conocimiento personal y a mi empatía con el otro

**S4** lo puedo representar en una imagen como un corredor en un medio maratón, el corredor sabe que tiene que llegar y mantener su ritmo, así me siento, presionado, y que no puedo parar, lleno de sudor y de cansancio, pero se que no voy para atrás, voy avanzando". (TCS6, Rulo, 1195-1214) Foto realizada posteriormente después de la Sesión 4, cuando así se visualizó .”RULO”



## APÉNDICE 6

### BITACORA 4 SESION 4

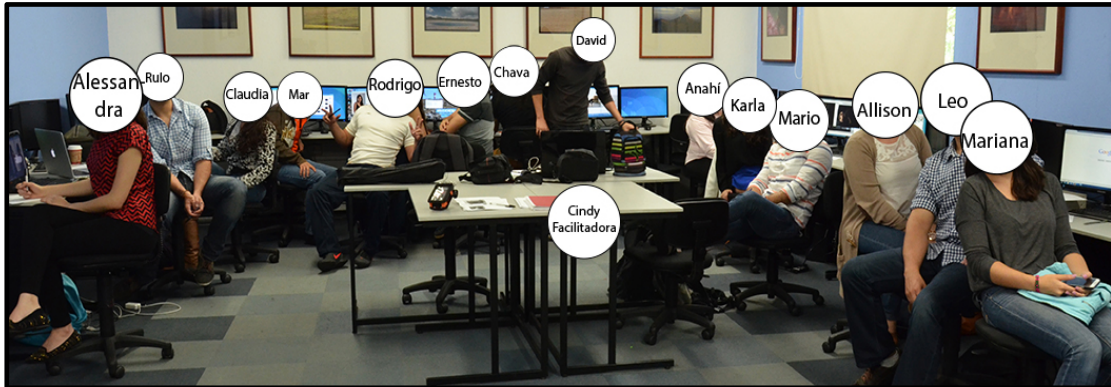
#### 1. Datos generales

Título de la intervención: **¿CÓMO ME PERCIBO Y ME PERCIBEN?**

Nombre de la facilitadora: **Cindy Contreras** Fecha: **Viernes 19 de Septiembre del 2014**

Hora de inicio: **11:30 am** Hora de terminación: **14:40 pm** Lugar : **Sala A.V.**

Distribución del grupo:



Nombre	S1	S2	S3	S4
1-. Sofía	Si	F	Si	Si
2-. Mariana	Si	Si	Si	Si
3-. Rulo	F	Si	Si	Si
4-. Chava	F	Si	Si	Si
5-. Karla	F	Si	Si	Si
6-. Mario	Si	Si	Si	Si
7-. Ernesto	Si	Si	Si	Si
8-. Rodrigo	Si	F	Si	Si
9-. Diego	Si	Si	Si	Si
10-. Mar	Si	Si	Si	Si
11-. Allison	Si	Si	Si	Si

12-. Oscar	F	Si	Si	F
13-. Gabriela	Si	Si	Si	Si
14-. Leo	Si	Si	Si	Si
15-. Alesandra	Si	Si	Si	Si
16-z. Santos	Si	Si	Si	F

**ASISTENCIA:** Si **FALTA** F

#### APÉNDICE 7 Tabla de unidades temáticas: Sesión 5

**L.C.C. Cindy Contreras**

**24 de febrero de 2015**

**TABLA DE ASISTENCIAS de las SESIONES.** Lugar: AULA AV.2

**ASISTENCIA:** Si **FALTA** F **Alumnos seleccionados** AS

Nombre	S1	S2	S3	S4	S5
1-. Anai	Si	F	Si	Si	Si
2-. Mariana	Si	Si	Si	Si	Si
3-. Rulo	F	Si	Si	Si	F
4-. Chava	F	Si	Si	Si	F
5-. Karla	F	Si	Si	Si	F
6-. Mario	Si	Si	Si	Si	Si
7-. Ernesto	Si	Si	Si	Si	Si
8-. Rodrigo	Si	F	Si	Si	Si
9-. Diego	Si	Si	Si	Si	Si
10-. Mar	Si	Si	Si	Si	F
11-. Allison	Si	Si	Si	Si	Si
12-. Oscar	F	Si	Si	F	Si



13-. Claudia	Si	Si	Si	Si	Si
14-. Leo	Si	Si	Si	Si	Si
15-. Alessandra	Si	Si	Si	Si	F
16-. Santos	Si	Si	Si	F	Si

## Sesión 5. PREGUNTAS DE ANÁLISIS

\*¿Qué emociones y sensaciones manifiestan contactar en esta sesión? ¿Qué simbolizaciones, marcos de referencia y percepciones comparten respecto a la Esquela y su tumba?

\*¿Cómo los participantes contactan con sus sensaciones y emociones, cuál es la manera en que expresan su narrativa?

## Material de análisis: Audio grabación Transcrita: AGTS5,

### Audio grabación: AGS5, Bitácora B5

Unidad Temática Sesión núm.5	Tema central	Expresión en lenguaje teórico
<p>En la quinta sesión el objetivo fue que los alumnos trabajaran más en ellos, pensando a futuro, como si se tuvieran que situar en un estado en donde tuvieran que despedirse de este mundo o ya fuesen a morir. Ante esta situación la intención fue que se fueran conociendo más al compartir sus emociones con sus compañeros en cuyo punto de partida lo que hicieron fue completar su propia esquela y compartir una foto impresa que tomaron de una tumba en el Panteón de Mezquitán o en otro lugar donde ellos hayan buscado que fuera lo más cercano a lo que ellos son y donde pretenden estar después de su muerte.</p> <p>Otro propósito fue que el grupo continuara integrándose por medio de la escucha atenta y la retroalimentación de lo que sus compañeros observaban de cada uno.</p> <p>Y dentro de esta dimensión expresiva que es en la que los alumnos fueron comunicando sus pensamientos y emociones el tercer propósito fue que el participante desarrollara su capacidad de observación y percepción ante objetos y contextos que pueden tener significados universales o nuevas unidades mínimas de significación que nos aportan para comunicar más con un sentido más personal y más profundo.</p> <p>“Pues a mí sí me ha tocado estar varias veces en un panteón y digo, no es así como “yupi, wow, qué padre, sí, vamos al panteón”, pero o sea no me causa incomodidad pues, se me... inclusive ya al final me fui a caminar por ahí sola para tomar mi foto y por lo mismo que es tanto silencio y tanto... no sé estaba ahí pensando... o se no me causa esa sensación así como de frialdad y ... sólo... como que se me olvida qué hay en un panteón pues, no estoy pensando “aquí hay gente muerta, aquí los enterraron”, no me viene eso a la cabeza pues, además de que yo no quiero que me entierren por ejemplo así en una caja, entonces también no me significa mucho eso.</p>	<p>Su muerte.</p> <p>La indicación sutilmente fue: imagínate en este momento, piensa cómo planearías tu momento final y tu destino. Si puedes diseñar esto, cómo lo expresarías y cómo te sientes ante ello. La intención de fondo, fue propiciar un momento inesperado y que ellos expresaran su sentir ante esto.</p> <p>Procuré no darles una indicación precisa para que no fuera tan obvio ni tan directivo en un inicio.</p> <p>El propósito fue propiciar un contexto donde pudiera cada alumno descubrir una variedad de temas, de actitudes, de enfoques y de emociones para entonces poder hacer sentir al participante sorprendido y con las posibilidades de expresarse ya con más claridad sobre la lógica de participar, compartir, escucharse a sí mismo y a los demás para reafirmar, crecer y conocerse en grupo.</p> <p>Una vez que terminaron de completar un escrito que era su esquela se les invita a compartir su experiencia al haber ido al panteón de Mezquitán, su experiencia de tomar una foto que pudiera expresar lo que es su espacio final terrenal. Y en seguida que compartieran la experiencia de haber completado su propia esquela. Allison es quien comienza a compartir en la clase ella lo hace con apertura y seguridad,</p>	<p>“Atender a la experiencia para descubrir su significado implícito, implicarse para compartirla, recibir y otorgar feedback para promover interacción, continuar atendiendo la nueva experiencia y seguir en movimiento continuo” (Barceló, 2003, p.92)</p> <p>“la propia experiencia emocional puede funcionar como uno de los puentes que favorecen la construcción del diálogo directo entre la subjetividad del otro y la propia subjetividad. Por último, nosotros estamos</p>

O sea es así como, sólo son tumbas... También hasta se me hace padre... De repente nos encontramos una tumba de una familia como china o algo así, entonces así como... o ver los años... entonces de repente ya me pongo acá a hacerme mis historias de que cómo fue que murieron o no sé...(Allison, TCS5, 17/10/14, 49-59).

“esto me crea mucho conflicto, y siento que hay un mensaje grande. El que “no logró”... no quiero poner qué no logré.”...(Ernesto, TCS5, 17/10/14, 303-304).

“Mientras yo pueda... a mí la edad de verdad no... mientras yo pueda seguir caminando y haciendo muchas cosas, no me importan los años. O sea, si yo cumpliera 500 años y pudiera seguir caminando y paseando y siendo así sana y todo, sale.”. (Allison, TCS5, 17/10/14, 346-348).

“A mí sí me gustaría morir como a los... 70, por ahí, porque he visto cómo... o sea la verdad es una carga pesada cuidar a un anciano y típico que siempre un hermano es el que agarra... se monta al hombro a toda la familia porque ya se echan en cara “que tú nunca preguntas por él, yo lo cuidaba, yo le daba sus medicinas yo lo cambiaba” eeh, por eso yo no quiero morir así. Quiero irme antes que depender de alguien más”.(Ernesto, TCS5, 17/10/14, 433-437).

“A mí me pasó algo que, pues bueno por mi personalidad, por ejemplo yo puse que, o sea cuando yo me muera va a estar mi esposo y mis hijos y mis nietos, cuando tenga 90 años. Y puse así como que, o sea yo voy a ser de mi familia, la primera que me voy a morir, por la cuestión de que yo prefiero no sufrir cuando mi esposo se muera o esperar a que alguno de mis hijos se muera. O sea, no sé si sonará un poco egoísta de que “pues si a ustedes les va a doler, pues ustedes sufran”, pero yo pensar en como que mi esposo se muera o mis hijos se mueran, prefiero mejor morirme yo primero. O sea, si me preguntaran yo diría “no, no, no, yo prefiero irme primero, antes que yo pasar como por ese sufrimiento tan terrible”. (Allison, TCS5, 17/10/14, 492-500).

Facilitadora Cindy: Entiendo entonces que de

situación que invita a los otros a la reflexión con más naturalidad.

En cambio, para algunos alumnos el llenar su esquela fue muy confrontante y con ello evadieron el tema y comenzaron a bromear, a contestar sin profundizar. Sin embargo otro de los alumnos, Ernesto, tomó el tema con seriedad y compromiso.

Los que bromeaban comentaron que no morirían sino hasta tener más de cien años negando a la muerte. Y con ello los alumnos comenzaron a visualizarse a futuro como fue el caso de Allison y de Ernesto.

Resulta confrontador para muchos hacerle frente a su propia esquela por sentir temor, desconcierto, angustia o por que ello significa una confrontación fuerte y con ello muchos significados en cuanto a logros, temores y sueños tanto logrados como inconclusos.

Para Allison y para Ernesto la salud es primordial es un marco de referencia importante y a la par su empatía se ve reflejada en el tema de cuidarse y estar sanos. También coinciden en el temer a depender de otros por la falta de salud y el temor a

implicados en aquello que construimos junto con el otro para explicar, entender y aprehender” (Enriquez, 2014 p. 217).

El marco de referencia interno es “todo el campo de experiencias, percepciones, sensaciones, significaciones, recuerdos asequibles a la conciencia del individuo en un momento dado. El marco de referencia interno es el mundo subjetivo del individuo. Sólo se conoce ese mundo plenamente. Ningún otro puede llegar a conocerlo como no sea por medio de inferencia empática”. (Rogers, 1985, p. 45)

“El escuchar empáticamente, la aceptación incondicional del otro y el mostrarse auténticamente en la relación forman las condiciones necesarias para facilitar el proceso de crecimiento de una relación interpersonal”. (Barceló, 2003, p.54)

ser posible si pudieras elegir ya estando casada y con hijos preferirías escoger...

Allison: O sea, digo, o sea si pasara por cualquier cosa pues bueno, digo sería un dolor fuertísimo. Pero lo puse así como si a mí me preguntaran, yo decidiría... O sea, si Dios por ejemplo, o lo que sea, me dijera "a ver ¿a quién me llevo primero?", "pues a mí", o sea yo prefiero evitarme como esa parte porque a mí me cuesta mucho desapegarme de las personas sobre todo, el desapego para mí es muy complicado. Entonces el pensar que son como MIS hijos, MI esposo, MI... hijole, sobre todo mi esposo, sería "prefiero irme yo primero". Lo siento pero... no soportaría, sería como muy doloroso. (Allison, TCS5, 17/10/14, 505-511).

Facilitadora Cindy: Según escucho, Allison, tú hablas del apego, de decir, "no me puedo desprender... me costaría mucho trabajo desprenderme". Sin embargo dices, sí me desprendo primero porque no sé qué haría, yo quedándome y tener que desprenderme de quien se vaya ¿sí? Y hablábamos de apegos. En un inicio Santos decía "yo no quiero porque todavía no, no no", y es un apego también a la misma vida. (Facilitadora Cindy, TCS5, 17/10/14, 513-517).

"Yo leí un libro que habla del poder que tiene como nuestros pensamientos, que es algo que aún no logran como describir porque pues es invisible, pero todo lo que pensamos a diario, a diario a diario, que nos conduce a ese pensamiento pues vamos. Y sí creo mucho porque lo he puesto a prueba pues, de que si lo piensas lo atraes, aún así lo pienses dos veces. Si lo piensas más se puede hacer como una obsesión... (Ernesto, TCS5, 17/10/14, 607-611).

Facilitadora Cindy: O un decreto.

Ernesto: pero, si lo deseas mucho... (Ernesto, TCS5, 17/10/14, 607-615).

Ernesto: Es más, cuando te tienes que casar, cuando sabes que no estás listo, la llevas de perder y te aseguro que te va a ir mal. Pero si dices "nel, ya estoy listo. ¿Qué onda, nos casamos?" Y la otra "estoy lista"

sufrir por perder primero a su pareja y preferir morir antes que su misma pareja.

Durante toda la sesión procuré estar reflejando y escuchando de manera muy atenta lo que cada uno iba compartiendo, traté que quienes hablaran fueran más ellos y fueran ubicando sus emociones.

"Escucho con la mayor atención, esmero y sensibilidad de que soy capaz a cada individuo que se expresa". (Rogers, 1985, p. 55).

El temor a morir es un temor a lo desconocido y a perder lo que se tiene, apegarse a vivir aquí y ahora este sentir es el que la mayoría compartieron y que en base a ello tanto Allison como Ernesto comparten y que varios de sus compañeros, al contrario, manifiestan temor y rechazo al mismo tema de asumir y aceptar la muerte. La actitud de algunos

**Rodrigo:** Naaah, pero eso es diferente wey.

**Ernesto:** no, no, no, claro quee no, porque tienes que estar preparado para decir...

**Rodrigo:** Pero es una decisión de casarte, de pasar tu vida con alguien, no de pasar tu muerte. Imagínate ¿"nos morimos juntos a ver cómo nos va"?

**Ernesto:** No yo no estoy hablando así como del acuerdo, sino que cuando tú estás preparado para vivir de otra manera, cuando estás preparado para un cambio. (Ernesto, TCS5, 17/10/14, 632-644).

"Un enfermo de cáncer, si se aferra a la vida y dice "me voy a aliviar y me vale madre", te juro que le gana al cáncer. Pero si alguien que dice "tengo cáncer y tengo cáncer y ya, denme mis quimios y ya", en seis meses se muere, en seis meses. Y hay gente que dura 15 años con cáncer, entonces creo que sí, son decisiones y son, como dice Ernesto y Cindy, son cosas que decretas... (Allison, TCS5, 17/10/14, 657-661).

"...no no, no que lo planees. O sea yo no estoy diciendo como de "ay mañana me encantaría morirme porque hoy tuve un día maravilloso", pues no chula, pues también, al menos de gente que se programan y se desconectan cerebralmente o lo que sea. No es como que lo planees pero sí comparto la idea de que, o sea, esas cosas que atraes como con tanta fuerza y desde el corazón, de verdad está muy cañón pues o sea, bueno yo estoy muy convencida de eso y creo que si es muy fuerte el poder que tú como persona, tú como energía, neta puedes atraer. Eso estoy muy muy segura. (Allison, TCS5, 17/10/14, 675-681).

"Están hablando de una cosa muy importante. Tocabas la parte de la fortaleza, tocaban la parte de límites y la parte de creencias, que dices "yo en esto sí creo, estoy convencida de que uno jala la energía", ¿no? Frente a lo que está diciendo Rodrigo... también Rodrigo tienes una serie de cosas que dices que no. (Facilitadora Cindy TCS5, 17/10/14, 687-691)

es tan válida por expresar temor como de quienes de manera optimista expresan la actitud de apertura ante los cambios dramáticos de la misma vida. Por ello el tema y al ser un tema que a todos afecta y evoca sentimientos encontrados nos invita a reflexionar y a compartir puntos de vista muy distintos.

Las creencias y la actitud positiva es algo que en Allison y en Ernesto se manifiesta a lo largo de toda la sesión y enseguida el hecho de visualizar su espacio final con una foto les hizo aterrizar aquello que quizá nunca habían tenido la calma o la intención de pensar en ello. La aceptación a la certeza de que moriremos y de cómo queremos o esperamos que esto sea fue para muchos lo que le dio pauta a la sesión de liberar el miedo y de pensar de manera más emotiva, menos confrontadora y más constructiva y espiritual dentro de toda la sesión.

"si la comunicación se produce, será una comunicación auténtica porque proviene de mi propio referente interno. El mismo fenómeno de ser consciente, de darse cuenta de lo que surge en el interior de uno mismo" (Barceló, 2003, p.46).

"El grado en que participe la persona afectará tanto el funcionamiento del grupo como la importancia de dicha persona para sus miembros" (Napier, 2000, p.55).

“A mí me gustó esta tumba, no sé si la alcanzan a ver. y al contrario de lo que dice acá Govea, él dice que no quiere que gasten, yo tomé esa foto porque aún así muertos estás destinado para algo más. Y se me hizo chido porque yo tengo derecho... les decía a ellos que yo sí quiero que me entierren porque tengo muy como, ya me gané yo mismo esa filosofía de que somos tierra reciclada, entonces yo quiero servir para la tierra.” (Ernesto, TCS5, 17/10/14, 871-875).

Ernesto: Posiblemente sí, pero también para mí también es muy importante en el aspecto espiritual... de hecho Santos lo decía ¿no?, porque tengo una tía que su nicho está en el de Chapalita y la neta no está nada chido. Yo fui... que llegues y quieras como dialogar o meditar, cualquier cosa ahí en el nicho, y de repente llega toda la gente. No y así como debajo de un templo y está como medio raro ¿no? En cambio ahí donde está mi mamá y mi abuela, pues puedes ir y yo las veces que he ido no me ha tocado nada de gente alrededor, y tienes un encuentro espiritual pues la neta bien chido, bien sano. Y eso es lo que yo quisiera.

Facilitadora Cindy: Para ti el ser parte de una tierra, integrarte, estar en una tumba...

Ernesto: Y que me coman los gusanos y se genere vida.

Facilitadora Cindy:... y tener un espacio para el que viene a visitarte, ¿eso es lo que tú esperas?

Ernesto: Sí y pues digo, como secundariamente se genera la oportunidad de... porque también tengo un primo que le pegó mucho el fallecimiento de mi mamá y mi abuela, entonces él y yo somos los que vamos y como que... se nota, aunque nunca nos hemos encontrado se nota, porque barremos la tumba... como que todo ese...

Facilitadora Cindy: Proceso.

Ernesto: Proceso de llegar, limpiar, barrer, a mí me gusta llevar música y ya, quedarme un rato, pensar platicar.

En donde todos los participantes llegan a coincidir es en comprender que la muerte puede ser percibido como un cambio liberador y espiritual, lejos de ser sólo materia que se transforma. Y Ernesto comparte esto de una manera muy humana con su testimonio ante la pérdida de su madre.

“La personalidad, el aprendizaje y la motivación influyen en el proceso de percibir a las demás personas...el marco de la percepción es la expectativa de una interpretación particular basada en experiencias pasadas que incluyen ese mismo objetivo o uno similar”. (Hellriegel, 2009, p.74).

La aclaración de los “tenemos” como si fuesen deberes es lo que finalmente procuré aclarar para justo destacar la diferencia entre hacerlo como algo que es por gusto y no como un dogma de fe o un ritual obligado, sino como un regalo que él decide darse. Frente a otros que lo ven como un apego o un aferrarse al pasado.

**Facilitadora Cindy:** ¿Y quién es el beneficiado en esto?

**Ernesto:** Pues uno porque precisamente, aún así muerta la gente, todavía sirve para algo.

**Cindy:** Hablábamos de apegos y de lazos. Estaban hablando de la familia y estaban hablando de una cuestión de creencia, de karma. Para ti es, según escucho, "yo no quiero estar en un lugar y que me tengan..", el TENGAN habría que escuchar el tengan, "... que ir a visitar. Y aunque me gusta lo que hace Ernesto..." Y él ese trabajo que hace de barrer, él que trabaja para... eso es para él, según vemos, y que...

**Ernesto:** Sí y yo cuando voy pues no lloro, no hay dolor ni nada. Llevo flores y todo, pues se me hace chido. También no es que vaya cada mes pues, como una o dos veces al año.

**Facilitadora Cindy:** OK, es una manera de... ¿cómo te sientes al hacerlo?

**Ernesto:** Bien, no siento que me haga falta ir más, creo que suficiente. Sí porque de repente por decir, a mi pareja, Carmina, como que ella me imagina que voy a llorar así todo el rato, y como que a veces no me quiere dejar ir, por el hecho de que ella eso se imagina. Y ya hemos ido juntos pero no sé, prefiero yo ir solo aunque sé que no va ser un momento de dolor, no sé, prefiero ir yo solo y pensar mis cosas que estoy haciendo, platicarle mis proyectos, así.

**Cindy:** Es tu espacio que te regales para ti, en ese momento.

**Óscar:** Pero, ¿no pudieras generarte estando tú sólo en otro lado?

**Ernesto:** Sí pero sería más especial para mí estar ahí, por esto mismo.

**Óscar:** Porque están los restos ¿o por qué?

**Ernesto:** Fíjate que ni siquiera piensas en eso. Yo cuando voy ni siquiera pienso que ahí está. Es el lugar, como que hay una energía, una conexión que solo la tengo ahí. O sea,

Este tema les genera curiosidad a algunos alumnos que no quieren saber sobre los panteones y la lógica de buscar otras alternativas o creencias.

El tema de la muerte permite a los compañeros compartir su manera de pensarse a futuro, su manera de comprender el espíritu y cuestiones más profundas que les dan más sentido a lo que quieren vivir y hacer y esto nos permite estar todos conectados con emociones libres de amenazas Allison comparte una manera de pensar optimista y positiva frente a la muerte y dotar de sentido o simbolizar su gusto la de libertad y poder ser útil, de trascender.

Se puede desarrollar un clima psicológico de seguridad, donde el participante se "vuelve menos rígido y más discriminativo en sus percepciones o para decirlo más en otros términos, la simbolización de sus experiencias es más exacta". (Rogers, 1985, p.54).

"La simbolización tiene diversos grados de exactitud, por lo general nos servimos de expresiones como "experimentar cada vez más conscientemente" para indicar que se está haciendo referencia a la extensión de este proceso hacia una simbolización más completa y exacta



pudiera estar en no sé, en los Alpes Suizos hasta la cima, pensando en ello, pero pues no sé, el olor, el calor, el color, el lugar. Es más, desde irme en el camión para allá... es como todo, no sé.

(Rogers, 1985, p. 27).

Allison: Ahorita lo que yo platicaba de esa parte... A mí me encantaría convertirme en un árbol, o sea, la idea de pensar que... y de preferencia que fuera lejos de... o sea que fuera en un bosque o en un parque lejos de mi familia. O sea que yo cuando ya me convirtiera en un árbol así chido grande, o sea que alguien llegara a la sombra de ahí. O sea el hecho de pensarlo me hace sonreír, o sea tal cual reintegrarme y pues como servir de algo pues, tal cual. Y que pues no sé, nadie va a saber que ese árbol estaba mezclado ahí con mis cenizas o algo así, pero no sé, el hecho de pensar eso que le decía a Óscar eso, se escuchará muy científico pero un árbol que sirva de algo, un árbol que de verdad su intercambio de gases que haga de verdad se bueno, y de oxígeno, y dé buena sombra o no sé, a mí el hecho de pensarlo se me hace bueno. El hecho de pensarlo así se me hace muy chido pues, como también esa parte como de otra vez como el espíritu, es como "eres libre otra vez" o sea, "reintégate a la tierra y florece" y ya o sea.

En esta parte de la sesión procuro ya comenzar a cerrar y a aterrizar la lógica de la sesión de ese día.

La intención es comenzar a concretar la sesión con las imágenes que tomaron de su propio momento de estar, de escoger un espacio significativo que hable de ellos y les permita ser congruentes con lo que son y piensan a través de la imagen.

"Cuando sentimos que nuestras ideas son escuchadas y que se actúa conforme a ellas, estamos más atraídos hacia el grupo". (Napier, 2000,p.64).

Facilitadora Cindy: Pero finalmente sobre lo que tú estás compartiendo, según escucho, es: "para mí es importante que lo que se destine de lo que queda de mí, sea libre y útil".

Allison: Útil, sí, exacto, exacto.

Facilitadora Cindy: Para ti que tengas sentido es haberse ido. Y según escucho, para ti el "quiero que me recuerden y quiero transmitir la sensación de libertad". Entonces, si hablamos de libertad y de soltar, para ti estar libre es "que esté en los recuerdos de la gente". Y para ti ser libre y siendo útil. Y los demás ¿cómo nos escuchamos en el momento que oímos un *karma*? De pronto fue como "no creo en eso", y tú si crees en eso, es una manera de...

La parte central del tema de dotar de significado lo que hacemos dentro de la dimensión expresiva es continuar con la fase de sensibilización de los alumnos para que puedan expresarse con sus propias experiencias significativas.

"Cuanto mayor sea la aceptación y el agrado que experimento hacia un individuo, más útil resultará la relación que estoy creando. Entiendo por aceptación un cálido respeto hacia él como persona de mérito propio e incondicional, es decir, como individuo valioso e independiente de su condición, conducta o sentimientos"

(Rogers,1985, p. 41).

Ernesto: Pues es lo padre ¿no?, que cada quien puede creer en lo que quiera y que lo



comparta pues es muy interesante.

**Facilitadora Cindy:** Ajá y que detrás de esto hay muchas cosas que creemos ¿no? Y si hablamos de creemos y de creamos, porque cuando creamos es porque creemos en algo que hay detrás... Cuando ustedes... yo les pedí, así iniciamos ahorita... Y Lalo contestaba "pues yo me sentí muy triste". Ahora después de escuchar esto, a mí me gustaría no sé, que compartieron los que quieran compartir, su foto. Es decir, con esto que hemos platicado, yo aquí veo una cruz que tú escogiste. Allá vemos un ataúd destrozado. Aquí vemos una cruz ¿OK? ¿Qué pasó? y ahorita viendo... les invito a que observen un poquito su foto otra vez, lo que tengan ahí ¿sí? Obsérvenlo ahora con esa información que tienen. Me gustaría que me dijeran cómo se sienten después de platicar esto, ¿qué es lo que ven ahora en la imagen que tiene? Santos decía "pues me sentí muy triste de ir a un lugar tan frío y tan solo, y no me gustó y no puedo crear con eso" ¿Qué pasa cuando creemos y creamos?, ¿cambiaría?

**Ernesto:** Pues te adaptas a todo.

**Allison:** Yo escogí esta cruz porque a mí no me gusta como que pues estás enterrando muerte, y aparte le pones el símbolo de más muerte, o sea, que es Jesucristo en la cruz o sea crucificado. Y a mí no me gusta, soy católica y todo pero ese símbolo no me gusta. Y ésa es como la cruz así de la resurrección o sea, tal cual como vida pues, en lo que yo me quiero convertir. Por eso la tomé o sea, es como nos recuerdes que es muerte muerte muerte por todos lados, sino que por eso me encantó ésa, es como... es vida, es como "¿qué sigue, pues? No sé, por eso me gustó esa cruz, porque me significó mucho por la parte que no me recuerda a ese Cristo como dolido, como muerto, como sufriendo.

**Ernesto:** Pero la Cruz significa resurrección, tú dijiste.

**Allison:** Pues esa cruz sí, ésa en específico porque no está Cristo y está como la ropa pues...

**Cindy:** ¿Qué significado tiene eso que

Un grupo que actúa libremente, con unas pocas restricciones estructurales, con el tiempo se transformará en un microcosmos social de miembros participantes...empezarán a ser ellos mismos (Yalom, 2005, p. 56).

El trabajar consigo mismos en sesiones previas y posteriores es un reto para quienes deciden compartir su experiencia y antes de ello entrar en contacto consigo mismos y con los demás, el aceptar su manera de ser y de entender su mundo eso les permite tener la oportunidad de abrirse a compartir y de ser respetados como seres creativos y profundos en donde generan narraciones con mayor sentido hacia lo que quieren expresar y/o simbolizar.

"Contacto. Cuando dos personas están en presencia una de otra y cada una afecta el campo experiencial de la otra en forma percibida o subliminal, decimos que esas personas están en contacto". (Rogers, 1985, p.40)

"Consideración positiva.

<p><b>seleccionaste para tu foto?</b></p> <p><b>Ernesto:</b> Significa así como el sacrificio último que haces antes de pasar a algo mejor, o sea en espíritu a otra cosa.</p> <p><b>Allison:</b> Y también o sea, el hecho de que está como la tela ahí es como que hubo muerte y ya fue. O sea llegó alguien aquí y se fue.</p> <p><b>Leo:</b> A mí también me dio esa impresión.</p> <p><b>Allison:</b> O sea como que alguien llegó y dijo "pues ya me voy de aquí". Entonces es como esa parte, repito es esa analogía que hice yo como con mis cenizas. OK sí, esas cenizas están inútiles no sirve de nada, ahora conviértete en un árbol, tal cual. Por eso me encantó esa cruz de verdad. Fue el ratito que me fui ahí a caminar sola y me gustó mucho.</p> <p><b>Cindy:</b> Gracias Allison. Y eso te hace sentir ¿cómo?</p> <p><b>Allison:</b> Bien, tranquila. O sea de hecho cuando vi la foto dije "qué chida foto", por lo que me significó pues. Y dije... aparte estaba como que resaltaba mucho entre todas las de demás cruces, que eran iguales. Como que se dije "wow, está padre".</p> <p><b>"Pues a mí se me hace chido como escuchar las cosas tan extremas de cada quien. Cómo para unos es "no quiero saber nada" y para otros nos puede ser más sencillo hablar de eso. O sea se me hace chido pues, y no sé, no sé se me hace padre esa parte de que cada quien pues, igual de acuerdo a lo que ha vivido, a la personalidad, se me hace muy padre o sea como yo tan fácil lo puedo decir y para él es así de "cómo puedes pensarlo siquiera" ¿no? Y eso no quiere decir que yo no quiera vivir, pues claro, por supuesto para mí se me hace... o sea lo puedo platicar con mucha paz, con mucha tranquilidad y para Rodrigo puede ser un tema así como de quizá hasta mejor ni siquiera hablar de eso ¿no? (Allison, TCS5, 17/10/14, 1451-1458).</b></p> <p><b>Evidencias x escrito</b></p> <p><b>Alicia:</b> Estoy contenta, sorprendida y pensativa. Me doy cuenta de las enormes diferencias que tenemos entre nosotros los</p>	<p>La experiencia tanto para Allison como para Ernesto son muy positivas para muchos compañeros del grupo quienes poco expresaron verbalmente, sin embargo, considero que sus experiencias fueron muy valiosas dentro del grupo y al estar en contacto unos con otros intercambiando ideas, emociones y sentimientos</p> <p>Esta sesión fue una de las más significativas para el trabajo y para los alumnos. Nos dejaron experiencias muy valiosas, desde el mismo hecho de abrir la clase a la escucha atenta, a la aceptación incondicional y a considerar de manera positiva a cada alumno. Cuando compartieron sus experiencias fueron muy significativas y su forma de pensar fue sumamente valiosa para el crecimiento personal y por supuesto para muchos de ellos al abrirse a compartir y a simbolizar.</p>	<p>Cuando percibo que una persona tiene una experiencia respecto de su yo y cuando esa percepción modifica positivamente mi campo experiencial, decimos que experimento una consideración positiva hacia esa persona" (Rogers,1985, p.41)</p> <p>La decisión de comunicación o no de la sensación es posterior. En cualquier caso, si la comunicación se produce, será una comunicación auténtica porque proviene de mi propio referente interno. El mismo fenómeno de ser consciente, de darse cuenta de lo que surge en el interior de uno mismo y de lo que percibimos de los estímulos exteriores genera movimiento vital y cambio. (Barceló, 2003, p.46).</p> <p>"Mantener una actitud de consideración positiva implica apreciar a las personas del grupo, sin juzgarlas, sabiendo que poseen amplios recursos para autodirigirse y para promover su propio crecimiento" (Barceló, 2003, p.141)</p> <p>"Vivir en el presente nos favorece la percepción de todo aquello que nos sucede, mejora nuestra observación e</p>
---	---	--

compañeros de acuerdo a la historia de cada uno de nosotros.

Qué logros tengo después de estas sesiones? Ahora puedo ponerle nombre a lo que siento, a ser sensible ante el compañero ante sus comentarios y a aprender a escuchar con mucho más detenimiento.

Ernesto: Cada sesión que tenemos me siento más seguro de mí, de lo que soy y de lo que pienso frente a lo que los demás puedan opinar es mi propia experiencia la que me doy cuenta que es valiosa y me siento muy contento e integrado y apreciado por el grupo.

FACILITADORA

Procuré todo o casi todo el tiempo estar reflejando lo que compartían para que ellos escucharan lo que de sí mismos emergía ante una situación que les hizo sentir frágiles y vulnerables. Ante la situación de morir en ese momento y adaptarse a ello de inmediato durante la sesión.

Al trabajar y reflejar sus propias emociones, reacciones y pensamientos pudimos trabajar la importancia de hacernos conscientes y responsables de ese fin y no buscar que otros decidan terminar nuestro proceso por no depender de terceros ante una enfermedad o extrema calidad de vida. Todos coincidieron en la idea de una muerte libre y llena de tranquilidad y alegría, libre de creencias de sufrimiento, de cristos sufrientes o de apegos para los familiares que se quedan. Compartieron la importancia de hacer de su muerte una muerte “útil, transformadora y significativa” y quienes el visitar el espacio donde queden sea de libertad, de recuerdos alegres, chistosos y de conexión espiritual lejos de ser momentos de tristeza y depresión.

Al terminar mi cabeza me dolía en la sien del lado izquierdo. Y me di cuenta que estaba liberando un temor a profundizar, un temor a tocar con mis mismos alumnos y lo más liberador fue recrear escenas de estar en una tumba me pareció un ejercicio sumamente fuerte que contacta con emociones profundas y también con significados nuevos.

Escuchar a uno de mis alumnos decir que para él es un espacio y momento bello el ir y

interiorización seleccionada del mundo exterior, aviva nuestra experiencia de existir fluyendo y nos permite una mayor capacidad adaptativa a nuevas situaciones”. (Barceló, 2003, p.49)

limpiarle la tumba a su madre, platicar con ella y que es un momento espiritual. Cuando los demás lo cuestionaron de por qué ir ahí si puede estar en otro lado o a la vez en muchos. Fue evidente que para él es un momento sagrado que se regala a el y que comparte con su hermano menor. Al escucharlo con semejante paz interior pude, al salir de la sesión y reflexionar sobre mis propios duelos y comprender aún más sobre la historia y la actitud con la que cada uno interpreta y le da sentido a sus vivencias.

## Apéndice 7

### Sesión 5

¿Cómo visualizo  
lo que veo?

### VIDA Y MUERTE CUESTION DE PERCEPCION

Expresión de  
sentimientos / Mi  
esquela y mi  
tumba (muestra  
de sus fotos de  
su espacio final)  
S5 ESQUELA  
ejemplo, Allison.

SS CUESTIONARIO  
Nombre Allison  
Fecha 17 DE OCTUBRE 2017

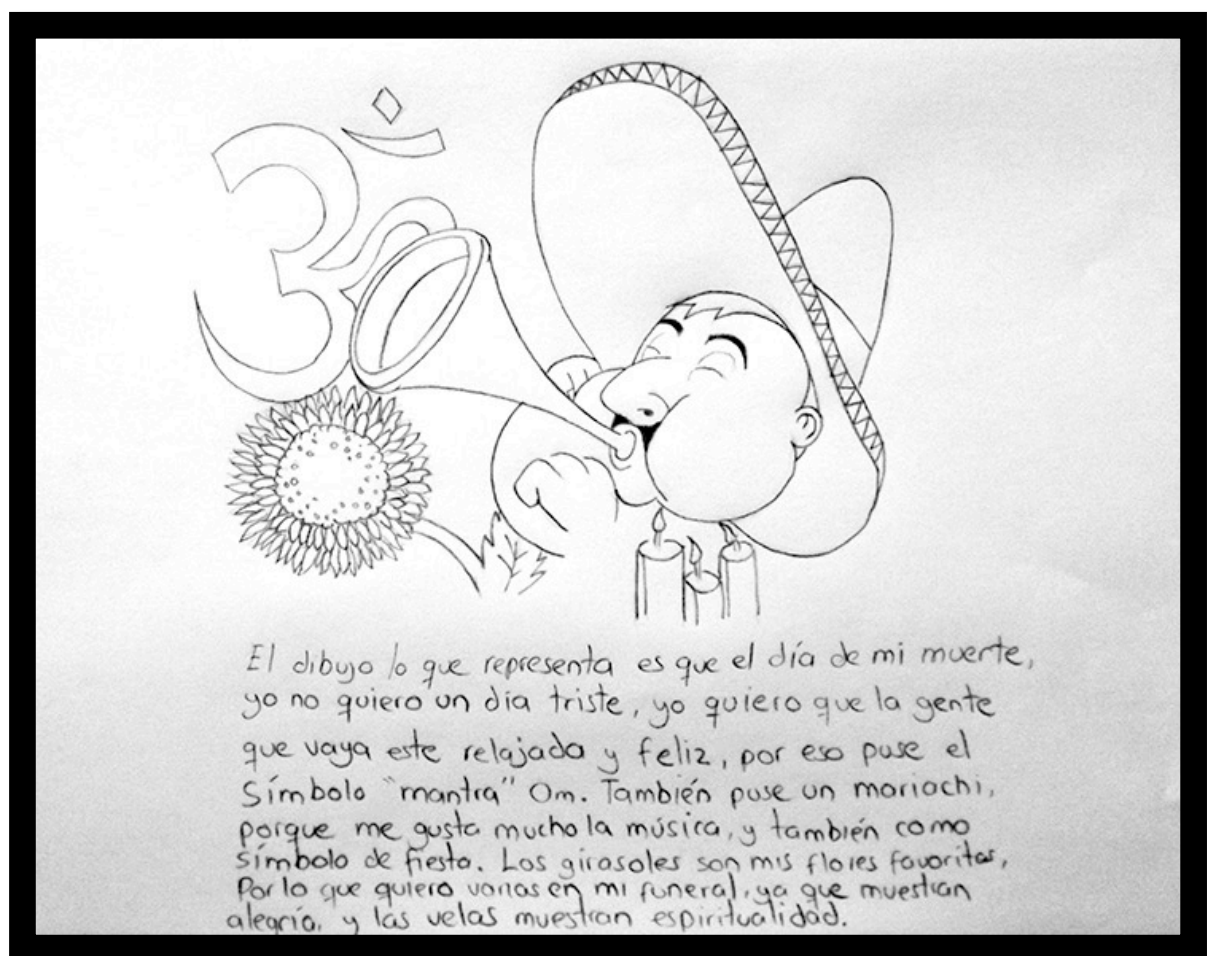
1-. Completa estas líneas.

**LA ESQUELA**  
La de 70 años grandes y bellos murió ayer a la edad de 90 años. Era miembro de una gran familia de 1 esposo y 3 hijos.  
Le sobreviven sus esposos y esposas y los nietos.  
En la época de su muerte se dedicaba a trabajar en la que le gustaba para llegar a ser una mujer plena feliz, recordada por sus buenas acciones.  
Será recordado por ser servicial por su sonrisa y sus abrigos porque siempre tenía un espacio para los demás.  
Será llorado por querer a su esposo amigos hermanos hijos y nietos porque era una mujer amorosa y buena.  
El mundo perderá su valiosa contribución en las áreas de los recursos humanos, el desarrollo humano, etc.  
Aunque siempre lo deseó, no logró viajar a todo el mundo (todos los países que son). El cuerpo será cremado y después enterrado con una semilla.  
Se pueden enviar flores a su casa con su esposo para alegrarlo.  
O en lugar de flores dulces, muchos dulces.  
Su último deseo fue estar tomando de la mano de su esposo y poder dejar el mundo recostada junto a él.

22 años

## Apéndice 8

Dibujo de “Rulo” y Dibujo de RULO visualizar su espacio final



El dibujo lo que representa es que el día de mi muerte, yo no quiero un día triste, yo quiero que la gente que vaya este relajada y feliz, por eso puse el Símbolo "mantra" Om. También puse un moriochi, porque me gusta mucho la música, y también como símbolo de fiesta. Los girasoles son mis flores favoritas, por lo que quiero varias en mi funeral, ya que muestran alegría, y las velas muestran espiritualidad.



## Apéndice 9 Sesión 7

EXPRESION DE EMOCIONES a través de lo que escucho y luego veo

Tema: ¿COMO VISUALIZO LO QUE VEO?

**S7** "La música que escuchamos me inspiró para sentirme tranquilo pero con suspenso y luego muy intenso el ritmo y me sentí un poco estresado. Por eso puse un cielo azul de tranquilidad y luego un rojo por que comenzó a agitarse el ritmo y me sentí como recorriendo un camino con los dos sentimientos, calma y rapidez. Emociones encontradas". Dibujo de Leo



## Apéndice 10 Sesión 2 + Sesión 8

### SENSIBILIZACION CON LA VISTA, EXPRESION CORPORAL Y VISUAL

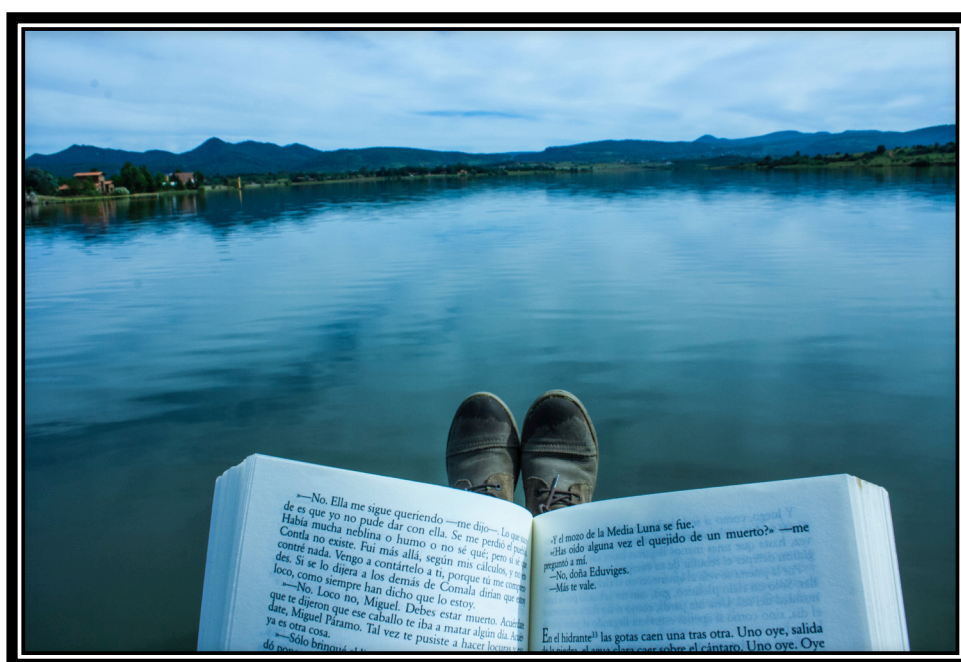
Tema: DALE CLICK A UNA EMOCIÓN

Proyecto final que hable de ti con elementos breves.

Este proyecto inició en la Segunda sesión y para la Sesión 8 ya tenía vislumbrado el inicio

De su proyecto final

Proyecto personal de Mar.







El making off de Allison (detrás de cámaras en Tapalpa)

## **Apéndice 11 Sesión 8**

### **Diseño de la Octava Sesión**

#### **4. Datos generales**

**SENSIBILIZACION CON LA VISTA, EXPRESION CORPORAL Y VISUAL**

**Tema: DALE CLICK A UNA EMOCIÓN**

Nombre de la facilitadora: **Cindy Contreras**  
Fecha: **Viernes 14 de noviembre del 2014**  
Hora de inicio: **12:00 pm**  
Hora de terminación: **15:00 pm**

#### **5. Propósitos de la sesión:**

- 1-. Los alumnos transmitirán su idea y el sentimiento a sus modelos para capturar la esencia de la fotografía artística.
- 2-. Que el alumno indique: color, iluminación y encuadres necesarios para transmitir su idea a su maestra.
- 3-. Que los alumnos de cada equipo puedan vivir la empatía para poder comprender lo que el otro compañero necesita comunicar.
- 4-. Buscarán herramientas sencillas y creativas, utilizaría mínima para significar un clímax emocional.
- 5-. Reconocer sus emociones y la idea central de cada imagen que comparten de manera grupal, reconocer sus logros y sus áreas de oportunidad para darle mayor sentido a su manera de expresarse.

## 6. Las actividades realizar:

Hora	Actividad	Acción	Fuente	Recursos	Evidencia
11:30pm	Introducción a la sesión	Los alumnos escogerán el espacio que les brinde las condiciones necesarias para poder trabajar en su producción. Este espacio será seleccionado de acuerdo a que estén puntuales y completos todos los integrantes del equipo. Montarán su set y mostrarán sus bocetos para iluminar de acuerdo a sus necesidades.	-	Equipo de iluminación  Estudio de fotografía  Filtros o gelatinas para iluminar color amarillo, rojo, azul.	Audio y video Grabación
12:00pm	Dinámica de pre-producción.	<p>1-. Los alumnos se integran por equipos y montan su set.</p> <p>2. Mostrarán sus bocetos y su concepto rector sobre el plan de producción junto con el sentimiento y su propuesta</p> <p>3. Los modelos estarán listos para transmitirles la idea y que ellos poseen de acuerdo a lo que se requiera.</p> <p>4.Retroalimentarán continuamente su proceso para lograr transmitir su idea y empatizar tanto los modelos como quienes toman la foto.</p>		Montaje listo del set de luces y del espacio	Audio y video grabación

12:00pm	Dinámica producción	<p>1-. Los alumnos trabajan asumiendo roles en equipos de 5 personas</p> <p>2-. Trabajarán generando las expresiones para fluir de manera interdisciplinaria siendo modelos y a la vez fotógrafos.</p>		Elementos que enriquezcan la escena de cada compañero	Audio Grabación y Video
13:00	Desmontaje y traslado al aula audiovisual.	Trabajan desmontando toda la utilería y el equipo de producción	-		
13:30 14:00	Recuperación de la experiencia en la sesión.	<p>1. Muestran sus fotografías en un cañon de proyecciones por equipo</p> <p>2. Retroalimentan a sus compañeros sobre lo que ven y les significa el sentimiento que expresan y reconocen sus esfuerzos y avances.</p> <p>3. Contestan cuestionarios</p>	-	<p>Proyección de imágenes en el cañon</p> <p>Hojas de bitácora para sesión</p>	Audio Grabación y Video

## 7. Recursos a utilizar:

Equipo de iluminación, estudio de fotografía, filtros o gelatinas para iluminar color amarillo, rojo, azul. Sala de proyecciones, computadoras para vaciar imágenes, 1 USB para guardar las fotos.

Proyector y mesas y sillas en forma de U.

Cuestionarios impresos. Video cámara, cámara y audio grabadora.

## Apéndice 12 Sesión 8

### SENSIBILIZACION CON LA VISTA, EXPRESION CORPORAL Y VISUAL

Tema: DALE CLICK A UNA EMOCIÓN

Emoción sentida por Mar, imagen tomada por Allison.



Auto retrato de Rulo.

